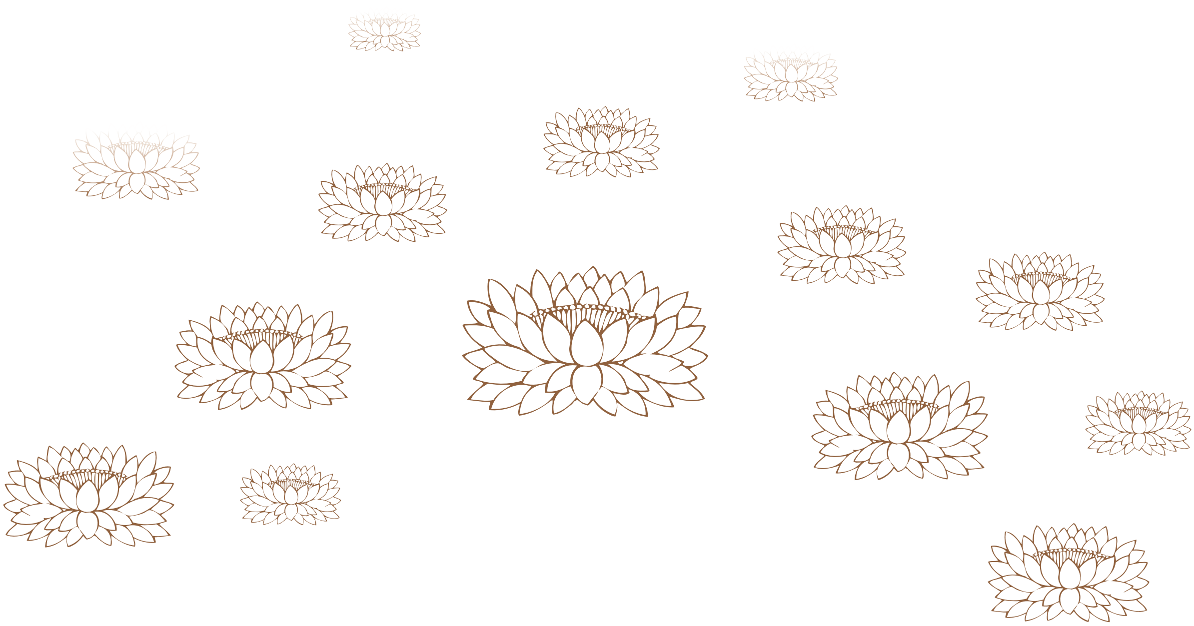
遍地金蓮一起開就在目前



VISIT…

LANZAROTE Caliente.com



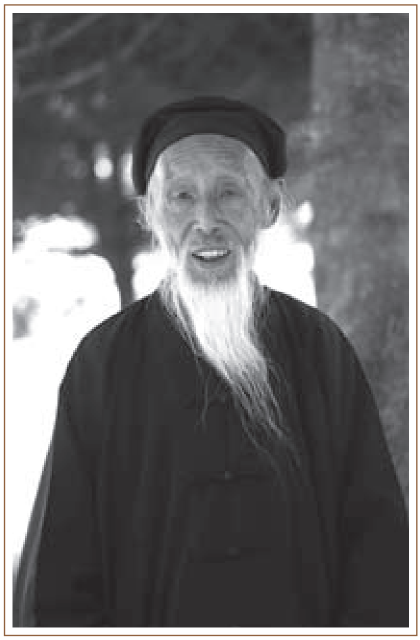
師姓李名耳字聃號老子

師姓呂名巖字洞賓號純陽子





太乙雷聲應化天尊王善王靈官



張至順道長簡介

張至順道長，號米晶子，全真龍門派第二十一代。

道長十七歲于陝西華州半截山碧雲庵出家，隨師父陝西山陽大天竺山劉明蒼道長修行悟道。

劉明蒼道長得師太王圓吉道長真傳。

一九五五年，道長出山參訪，任陝西八仙宮知客；

六十至七十年代，入陝西終南山清修十載；

一九八零年，任陝西樓觀臺監院；

一九八七年，修建寶鷄烽火臺萬聖宮；

一九九零年，任湖南慈利縣道教協會會長；

一九九八年，再入終南山清修；

二零零八年至二零一二年，在陝西終南山八卦頂及海南省玉蟾宮等處清修。

自序

余自十七歲于華縣半截山碧雲庵參入道門，就志學道，參生死之變，習長生之術。嘗于北京白雲觀藏經樓偶得《太清元道真經》一部，直指生死，長生久視，至道不煩也，指示修道本體，安靜和柔，不移自性，常守虛無，湛然不勞，乃得自然之道也。

道祖爲萬法之王，玄之又玄，真空妙有，妙有真空，即是先天一點真陽之光。以道心觀天心，真陽發動處，當用之時，元神、元炁，同稱謂玄。元炁謂玄，元神謂玄又玄。靜者爲性，動爲元神。

燃燈佛，兩目之光也，住西天極樂國雷音寺。道祖，住真空無極真境靜土之天。

余常對門下弟子言：儒釋道三家，同是一母生，何須争上下。一母者乃先天一點靈火之光，性也。佛曰衆生平等，道謂至善之地、性命之源、造化之理也。邱祖曰：『人生先生兩目，死先死兩目』。又曰：『一目之中，元精、元炁、元神，皆在内也』。《素問》曰：『人之一身精華上注于目』，學者思之，慎之，慎之。

住眼于心神，二目之光，乃是元神真意之體，即真性也。千佛萬祖皆不肯説破此光真性，今泄天機

難免天譴。

作偈一首：巽風吹到水面上，海底常送無油燈，千言萬語難説盡，一字道破定南針。

余雲游四海，收集道書，皆佛道二祖玄妙秘密天機，生死之根本，輯錄成冊，望同道侶友藉此省卻數十年參訪功夫，早日證果。『炁』化三清，『體』能載道，『源』乃先天道統，『流』爲老君法脉，故曰《炁體源流》。

余略言幾句粗淺，權作非道之道，不道之處尚冀仁人志道多多指教，是爲序。

全真龍門派第二十一代　張至順『號米晶子』

丁亥三月初三日書

自序終

目录

上冊

太清元道真經註解……二
太清元道真經序……二
太清元道真經註解……二
元道上篇……三
元道中篇……八
住氣兼行氣法……一三
元道下篇……一五
讚曰……一八
太上老君說常清靜經注……一九
老子傳節錄……一九
太上老君清靜經叙……二〇
太上老君說常清靜經……二一
清净經圖注……二四
無極品第一……二四
皇極品第二……二六
太極品第三……二八
三才品第四……三〇
道心品第五……三三
人心品第六……三五
六賊品第七……三七
三尸品第八……三九
氣質品第九……四二
虛無品第十……四四
虛空品第十一……四六
真常品第十二……四九
真道品第十三……五一
妙有品第十四……五四

至道品第十五……五六
消長品第十六……五八
道德品第十七……六〇
妄心品第十八……六二
人神品第十九……六四
萬物品第二十……六六
貪求品第二十一……六九
煩惱品第二十二……七一
生死品第二十三……七三
超脫品第二十四……七六
太上老君說了心經……七九
太上赤文洞古經註……八〇
太上赤文洞古經註序……八〇
太上赤文洞古經註……八一
操真章上……八一
入聖章中……八三
住世章下……八四
太上大通經註……八七
真空章……八七
玄理章……八八
玄妙章……八九
老子說五厨經註……九一
老子說五厨經序……九一
老子說五厨經註……九二
太上老君著日用妙經……九八

太上九要心印妙經 一〇〇
序 一〇〇
太上九要心印妙經 一〇〇
真一祕要 一〇〇
橐籥祕要 一〇一
三五一樞要 一〇二
三一機要 一〇三
日魂月魄真要 一〇四
日用五行的要 一〇五
七返還丹簡要 一〇六
八卦朝元統要 一〇六
九還一氣總要 一〇七
胎息經註 一一〇
崔公入藥鏡注解 一一三
序 一一三
崔公入藥鏡注解 一一四
挂金索 一二八
入藥鏡 一三〇
入藥鏡上篇 一三〇
入藥鏡中篇 一四四
金華宗旨 一四九
孚佑帝君太乙金華宗旨自序 一四九
譚長真真人原序 一五〇
張三丰真人原序 一五一
王天君原序 一五二
金華宗旨 一五三
天心第一 一五三

元神識神第二……一五五
回光守中第三……一五七
回光調息第四……一六〇
回光差謬第五……一六四
回光證驗第六……一六五
回光活法第七……一六七
逍遙訣第八……一六七
百日立基第九……一七三
性光識光第十……一七四
坎離交媾第十一……一七六
周天第十二……一七七
勸世歌第十三……一七九
太乙金華源流……一八一
呂祖先天百字碑……一八二
王重陽祖師授七真五篇靈文……一八四
玉液章第一……一八五
產藥章第二……一八五
採藥章第三……一八六
得藥章第四……一八八
温養章第五……一八八
邱長春祖師語錄……一九〇
清靜元君坤元真經……二〇〇
三乘丹法……二〇五
傍門九品……二〇六
下三品……二〇六
中三品……二〇七
上三品……二〇八

漸法三乘……二〇九
最上一乘……二一〇

下冊

南宗聖典選錄……二一三
悟真篇序……二一三
丹房寶鑒之圖……二一三
挨排四象生真土詩……二一六
鍊鉛火候……二一六
火記六百篇……二一六
沐浴……二一七
抱一……二一七
七言四韻……二一七
西江月……二三七
七言四韻詩一十六首……二三八
丹基歸一論……二二八
內三要……二二九
外三要……二三〇
體道章……二三一
鉤鎖連環經……二三一
谷神不死論……二三五
金丹藥物直指圖……二三七
內丹三要……二四二
玄牝……二四五
藥物……二五〇
火候……二五四
後序……二五七
太上修真玄章……二五八
一炁化生章第一……二五八
性命根蒂章第二……二五九
先天後天章第三……二六〇

形神玄用章第四……二六一
金丹作爲章第五……二六一
虛無生化章第六……二六二
修鍊三治章第七……二六三
神氣交媾章第八……二六三
動靜升降章第九……二六四
鍊爐成神章第十……二六五
悟玄篇序……二六六
悟玄篇……二六七
形化……二六八
氣化……二六九
坐工口訣……二七一
火燥水濫……二七一
沐浴……二七二
玄關一竅……二七二
藥物……二七三
火候……二七三
中宮……二七三
抱一……二七四
出神名曰解胎……二七四
玄關一竅……二七四
初下手……二七六
註呂祖百字碑……二八〇
三丰全集選摘……二八五
道情歌……二八五
打坐歌……二八六
鉛火歌……二八八
無根樹道情二十四首……二八八
返還證驗說……二九五
一粒黍米説……三〇〇

登天指迷說……三〇三

天仙正理直論增注……三〇六

直論九章……三〇六

先天後天二炁直論第一……三〇六

藥物直論第二……三一五

鼎器直論第三……三二四

火候經第四……三三〇

煉己直論第五……三六六

築基直論第六……三七四

煉藥直論第七……三七七

伏氣直論第八……三八四

胎息直論第九……三九〇

直論起由……三九六

後跋……四〇三

七日採大藥天機……四一四

張紫陽八脉經……四一七

李涵虛真人後天串述……四一九

正道禪機直論……四二三

短摘匯宗……四二七

伍冲虛子自序……四二七

有爲無爲……四二八

大藥服食……四二九

煉己直論……四三〇

成道初迹……四三〇

天心真意……四三〇

集説慧命……四三一

北斗藏身……四三二
性命動静……四三三
正道功夫……四三四
大道……四三五
止火……四三五
金丹之道……四三七
運動坤火……四三九
欲色天……四四〇
守中之理……四四一
神胎……四四二
五龍捧聖……四四三
沐浴……四四三
炁歸元海……四四五
漏盡圖……四四五
任督二脉圖……四四七
命竅之炁……四四九

真炁……四五二
爐鼎……四五四
元神……四五四
和合凝集……四五四
秘密……四五六
藥産……四五六
意炁……四五七
乾坤……四五八
法輪……四五九
元神……四五九
丹田……四六〇
火候……四六一
元機……四六一
真陽神……四六二
元中有元……四六二
護念久住……四六三

心性命……四六四
元神　心神……四六五
生身之道……四六六
心悟偈七首……四六八
亳州老君碑……四七一
附錄……四七二
太虛循環圖……四七二
字表（來源：新華字典）……四七三
校編說明……四七八
校編相關書目……四七八

炁體源流

修仙佛之捷徑大道



太清元道真經註解[一]

太清元道真經序

元道者，玄元之上道，黃老之心秘也。元和中，孟謫仙降世，其胎親皆積至誠醇厚，謫仙又至慈敦孝，先感東山陶大通君，先示死生之變，因命執本根焉。本根即元道也。次感南統樊大君，戊戌歲降之，口授此經。故皆大紀樞要，直指長生久視之道，蓋黃庭云至道不煩矣。

太清元道真經註解

釋題曰：元者，本也，始也。道者，太上真一之道也。經者，徑也，本始之真元。此經

一 合明子隱芝內秀注。校對版本：《中華道藏・第二十三冊・太上老君元道真經註解》

最妙，故曰真經。

元道上篇

元道者，老君無上之道也。

無上者，爲窮高不測，爲最上之宗，故曰無上。

老君曰：其道有三，上中下也。

此分三丹田，上中下也。故上有泥丸，中有赤城，下有炁海，故曰三也。

黄庭道有上中下也。

仙經曰：一偶一奇之爲乎，味不再嘗，偶不再舉。

諸道各有三，皆其次也。

言諸道者，不一之道。故法有多門，爲煉丹而成，各相而舉，或控鯉而昇天，或乘龍而上漢，或祭醮而朝元，或咽氣而長生，或即溯流而延命矣。仙經曰：道有萬法，俱得長生，水有千源，盡朝東海，俱長生也。

老君中道與黄庭上道比之，道有此三經，其最上者，元道也。此道至高，

虛無玄妙，澹泊無爲，動合自然，故學者難窺焉。

最上者，爲衆經之首，妙者爲諸法之門。

非上士高機倏然自悟者，不可學也。

故學者宿著道緣，志同鐵石者，陰功助佑，仙氣合成，道成歸天。

非懼於死常舉於生者，亦不可學也。

弃非道之財如寃家，離妖冶之色若仇讎者，方可與道相合。

說諸中道多慕尚而行之，與此道難合，故久不降焉。

此者若弃真求假，雖得理而難成，是不合也。

若高機上士，特然行之，則自得無量也，

此者爲世人劣量淺學，選擇堅固好生惡死之人，故曰高機上士也。

通易無量。

更無多難矣，出諸廣也。

又諸道皆有師奉，皆云犯罰不一，唯此道無諸犯罰，故無師奉。

《内教經》云：爲無爲，念不念，動不動。此三者真偽相參，使曲直相教，以名有犯罰也。

若諸小道，須擇山林處，乃可行之，

古高士混於塵寰，不可方可；中士隱於山林，方可不可。故元道與諸道，事有差別，法有揵門，亦無觸犯而返損，禁誡異端，虚成疾患者。此元道理合重玄，故無諸損也。

不然者有損也。

仙經曰：小道易惑，中人易敗。老子曰：不見可慾，使心不亂也。

惟有此道，可以塵世而成之。

仙經曰：上道無爲，損而非損，至理自然，病而不病。老子曰：和其光同其塵，湛兮或存。故無損也。

鼻引口吐，可以去呼寒熱，

老子曰：玄牝之門，此爲生死之根，綿綿兮若存。能用此理即可天長地久，寒暑難侵。故呵屬其心，心無積毒，故無寒暑。

及可排積元炁。

排積者，從麤入妙，微而成之，道自降矣。若人急用求當，返尅而無功，故曰排積也。

元炁者，自然之炁，來自冥冥，降自虛無，悟者有無有用，而無無不無，故曰元炁也。

閉炁可以救饑劣，通百關，治萬病，非養炁復元也，咽炁可以救虛弱，非自然充滿也。

故上士修真，妙中體妙，出入無爲，專守一道，玄中悟玄，不失元道也。故仙經曰：鼓腮强咽，當爲求死之由；閉極口奔，此是傷神之本。學道之人，切忌此也。

行炁可以潤肌膚，非常道也。

人能得志者，元炁充而有微，肌膚潤而光澤。雲行雨施，萬物滋也；炁充百脉，萬神靈也。

仙經曰：無一毛不通於炁，無一節不住於神。

此道歸根復本，合於自然，故曰元道。

老子曰：夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，靜曰復命。大凡運用，須明三一，其炁自充，若忘而有爲，終當自悟，不能返朴歸根，此是失元道之理也。

若修成者，堅筋補髓，固護五藏，清利泥丸，安靜丹臺。

人若達道，筋骨自變，返少還童。《中黃經》曰：肌膚霜白筋骨青，地府除籍天錄名，坐察陰司役鬼神。得元炁精爽，恬淡自然，天地護衛，毒物不行，諸疾不生。《黃庭經》云：骨青筋赤體如霜，七竅去不祥，永得安也。

六不妄入，三不妄出者，此道也。

大凡修道，切忌六欲，内闘於心，濁亂於神，濁於心，滯於炁，六欲動，起六情，六情動，動而六根濁，六根濁而六情染，六情染而與真道遠矣。三不出者，三丹田中三元正炁不可妄而施泄，爲三丹田中有三元，三元凝而成三一，三一化而生三魂，三魂變而都萬神。萬神者，元道陽神也。故元神而成炁，炁結而成精，精化而爲萬神，故曰神。神者，炁也。炁者精，精者道也，道者物也。老子曰：恍恍惚惚，其中有物。物不可忘物。仙經曰：施炁於人，能生其人；留炁於身，能生其身，故不妄出也。《黃庭經》曰：若當決海百瀆傾，葉去樹枯失青青，故不得出也。

穢濁盡出，真炁倘佯，身騰太空，上爲真人。自古登真者，皆因此道也。

穢濁出者，謂久久而行，方得大道，五穀滓穢，自然頓絕也。仙經曰：子欲不死，腹中

無滓，故曰盡出也。

元道中篇

人者，萬物之中至靈，與天地俱生於虛無之始，元炁結而成形。形既將立，則十天神降在人身中，化爲神矣。

老子曰：積精聚炁，父母和合，陰陽交媾始一月爲胚；二月爲胞；三月爲胎，形兆分也，三魂降焉；四月四神衛，四神者，青龍白虎朱雀玄武也；五月五藏安鎮也；六月六律名六根也；七月生七魄也；八月八景見，和真八神也，八景者，五藏、三丹田是也；九月安九宮，生九真，九宮者，在泥丸周匝上下是也；十月成形，十天神降，元道炁全，方得受生。故曰與虛無天地同生。老子曰：天地媾精，已生其人。

故能成其人矣。

爲得元道而成形也。

既與天地同生於虛無之始，合與天地齊壽。今且天地久長即爲人不能長久者，何也？曰：天地能長久者，蓋爲温靜柔和，不移本性，

常守虛寂，湛然不勞，而得自然之道，元真不散，故能久長也。人不能長存者，緣生妄想，移於本性，不執自然，不守其根，自取其勞，常求自益，思慮不息，關機萬端，故元炁隨欲而消散，故不得長生也。

人不能與天地長久者，天無爲而人有爲，地無欲而人有欲，天常明而人自昧，地基敦而人自浮，天炁輪而人炁滯，地伏泉而人有炁，此者與天地相返，自不守元道而體虛無，故不能同也。命延億載者，爲留炁身中，存其命也。

六根本來虛靜，爲人自生妄想，六賊所牽，終不得歸根。因此六賊：心妄生，目妄視，耳妄聽，鼻妄香，口妄言，舌妄味。終不能歸根，故不可永存也。歸根者，爲復元炁之根本也。

凡爲賊亂中和，失其本性，心有妄而神自亂，目有妄而外視，耳有妄而外聽，鼻有妄而失靈關，言有妄而失真行，舌有妄而玉液不結，皆因妄牽，去道遠矣。

復元炁之道，别無他法，但降心湛寂而已矣[二]。人常能虚心湛寂，則自然元炁復也[三]。復元炁之法，當以減息爲候。心神湛寂，其息自減。減半息，增半壽也。

半息者，爲人一晝一夜有一萬五千息。若能歸根定住不至出入者，延命本壽外一半。

從減息至無息，則復元歸本矣，故可住世永劫而不壞也。

閉息之道至妙，寄意念神，冥然體道，道復歸身，神復歸根，玄關微出，久而成真也。經曰：凡人以有息爲常，聖人以無息爲常。陰符經曰：死者，生之根，爲無息之道也。

動而有息，静而無息。故無息者，自然之道也。修元道之士，常宜以無息爲是，有息爲非，無息爲常，有息爲妄，先以減息爲事則易而功多，若不以爲事則難而功少，但湛然養炁，則三靈歡然，神魂暢焉，則元炁不習而至矣。

二　米晶子注：元炁之道，湛然而已。

三　米晶子注：心者天心也，非肉心也。

老子曰：人能常清靜，萬神悉皆歸。《黃庭經》曰：心意如致欣昌，此之謂也。

黃庭之道，有三十六慎，每一慎爲應，至三十六應乃爲半功。諸道應慎皆多，惟元道總一慎三應則成功也。

故修道之士，積功而煉精炁爲定。

一慎者，慎其休止也。

故修道内守堅固，事無暫忘，故不可休止也。若慎而止，萬無一失。

三應者，三轉意也。一轉意一百日。

爲次第而功積，相家有其月數。

第一應一百日，有事可止，無事可減，至此則塵慮自減。

煩事俱不能興動也。

虛澹日增，此爲第一應也，小功成矣。第二應二百日，忽忽自止爲第二轉意，至則不食五穀，不嗜五味，無大饑渴，是中功成矣。

人至二百日後，小功成而中功滿，永無饑渴。

第三轉意者，三百日元炁兀然自住，元道歸根，饑渴不至，寒暑不侵，死籍永除，天地齊壽，通世爲一周，此是大功成矣。

得道之後，地府除籍，上天錄名，東斗註算，西斗註祿，北斗落死，南斗上生，字標仙錄，永爲真人矣。故曰死籍永除矣。位入真仙，出入華胥之國，弃賤人間，因此而昇天。

有事止無事滅者，功萌也。此法但有事無事皆可滅矣，則元炁漸復也。忽忽自止者，元炁將定也。兀然自止者，元炁已定也。定者，萬物皆壞，惟此定身永不動矣。大君曰：從滅息至無息，從無息至定。定者，不取不捨，是無爲之定，非執定之定也。得此定者，陰陽自調，四時自離，元炁自滿，衆神自栖，惠通玄奧。

老子曰：其智自悟，從無入有也。

故陰陽調則百病不生，四時離則寒暑不侵，元炁滿則永無饑渴，衆神栖則兵虎不害，惠通玄奧則萬事不生，皆自然之道成矣。

惠謂不出户知天下，不窺牖見天道。

太君曰：人之思慮不一者，元炁皆銷散，陰魄盛矣。惟此道功成，妄自滅也。

修道之人，至三百日後猶有陰魔相惱，尸鬼動搖，忽自猖狂，轉生情切，往往自退，切宜守也。

縱有所發無不善也，所用無不中也，故有善發、有惠發、通發，皆自然而然也，永無喜怒哀懼驚惡之發矣。

人志道，喜怒俱息，禍害不生，永得功行相承，妙自致矣。

太君曰：長生無他。神全、炁全、形全而已。神全虛無，炁全湛寂，形全清靜。元炁充積，

充者滿積者，結衆化成神明也。

形永存矣。神炁皆全，故能舉形而昇仙矣。

住氣兼行氣法

訣曰：調炁減息，其功稍遲，若住炁兼行炁，其功倍也。住炁者，候

神安和，久而寧帖，因而住之，至於極者爲行通。每候鷄鳴前至寅時，可行五七通，漸漸加至十通，或作意漸增之，意炁俱定即定，恬自極。初可以鼻進，數息便住，至極有益無損，甚微妙也。

每住息之時，須候常喘息，出了便住，此名外炁不忤。亦須先净一室，擇其良友專數其息，此要漸漸增多也。

如此行減息之道，功倍速成。

陰符經曰：絕利一源，用師十倍。

其慎者，吐引大奔。初修之士故未免也，不得不慎，其奔吐宜慎之爲妙。

不慎者，忽有内傷，心見反損也。仙經曰：出微微入綿綿，明至理自通玄。

大君曰：住炁可以通百關，除堅滯，治萬病，導元炁。

修行人住熙，若園人灌畦，一滿而水通，百脉衆物皆滋也，一炁而靈變萬神，三丹俱王，故言要在導乎元炁。

若百關通則減息，元炁隨意自開，津路流注，元炁與津液所及之處，

先化爲髓，永不壞也。

《中黄經》曰：蒸筋曝骨達諸關，握固漸通，開百竅。百竅關連總有神，由子軀除歸我身。怡然得達自明真，自明之道永長存。故不壞矣。炁初時則覺遍身微熱，此是元炁充滿四肢，盈溢百竅，故曰在此應也。即須握固，運入三丹田。三丹田出，故流遍於身，通於百神，可使毛髮躑躅，容貌光芒，顔如處女。仙經曰：無一毛不通於炁，無一節不住於神。此是煉骨法，久久集之，則金髓玉骨長生仙矣。

大君曰：減息住炁，以無息爲常，定炁爲功。若猶減息則功遲，若專住炁則難得至於無息。若通百關，兼行炁減息，則元炁自然充盈，其功速倍而成矣。元炁全身以不舉不動爲頭，以不出不入爲足是也。泯其萬境，息此六情，普洗煩心，祛滌諸想。

元道下篇

下篇無他法，皆言報功。經曰：但是首篇，不見其文，道成將舉乃可見也。言其報功者，報修元道之功也。經曰：報功之事，皆是仙家靈

變，神用之儀飾，駕馭之靈物，宮闕之異觀，飲饌之珍羞，引從之童僕，賞玩之玄樂，以報修行之功矣，萬代記錄，如茅君九錫爲上道又百倍。學元道者，無辭勤矣。下篇首目約數十篇，所記者五篇，今以錄之。

《中黄經》曰：人得道之後，昇身於寥天之上，馭以九霄之儀仗也。天尊所賜者，十方彩女各執旌麾，百龍引駕，玉童相隨，前有龍幡，後有虎旗，羽服飄飄，八風齊吹，八鸞而後鳴，成歌，九鳳而前唱成曲，項戴七曜玲瓏之冠，足著五色捲雲之履，裙拖蟬帶之裙，帔搭離羅之帔，佩於金虎之印，上朝太清仙帝者。帝者，金闕玄元老君。功報一，志報二，不退報三，不怠報四，不須捨報五。元道報別錄。大君者，是南斗之中長生大君也。此五者不捨，則元道功無不成矣。所慎休止，若不休止，萬不錯矣。塵世之事或難行之，時有休止，休止之中，不可不慎，今錄戒慎於後，爲慎休之者言矣。一大息，減二日功。一小乏，減二日功。一大乏，減三十日功。一小醉兼吐者，減六十日功。一大醉兼吐者，減一年功。一犯慾，減三十日功。一大嗔，減二十日功。一哀一懼，各減七日功。一飽一饑，各減五日功。一驚，減十日功。一勞一倦，各減二十日功。一煩一燥，

各減五日功。一忿，減十日功。

凡飲食觸犯，寒暑過差，風濕所及，起居失節，言語散雜，老子曰：多言數窮，不如守中。仙經曰：閉言之人，與道合真。又防泄天機。《易》曰：慎言語，節飲食，内守冲和。恐失其道也。經云：與人争曲直，陰功減算壽。**思慮煩多，此皆減損元炁。隨所犯輕重，度所減多少，隨日而補之不可懈怠。所言減者，損也。所減幾日，并是減其實功。修元道之士，深宜慎之。元炁難積而易散，關節易閉而難通。住炁固不可絶，其所減尤宜精至。凡修，取五更初，起坐梳頭，熟通一百餘過，披頭，隨意導引，摩掣四肢，呵吐濁炁，微微然待元炁調帖，無思慮，心湛寂至微，自然喘息微而其息自減，減至半息增半壽，減至無息元道之功成矣。古之真人，勤而行之，頃刻無捨者，一年功成矣。若是日行二時之功者，五年成矣。修成此道者，乃爲太極元上真君。此經從古至今，太上傳十九人，皆各登仙昇居太極，其經不留於世。自大唐元和**

戊戌歲南統大君因傳孟謫仙，孟謫仙轉傳於世，至虛至妙，遇而秘之，非人莫傳，傳之則殃及玄遠。

讚曰——

有元道兮，虛無之祖，冥涬之根，萬經之首。三一之門，說大魁廓，旨細微塵，杳兮得信，寂兮通神，產其有象，斗宿星辰，論其炁也，永骨靈根。唯我元道，不澄自皦，濁之不渾，無無之教。至定歸根，元剛發泄，夫物芸芸，三十五分，得一長存，惟我元道，獨處爲尊。無象之象，無始之魂，輸轉日月，包裹乾坤。圓兮張兮，敦兮復淳，性善利物，養乎群民，過貪者損，不足者均。自然非有，本合乎人。

太上老君元道真經註解終

老子傳節錄

老子者，楚之苦縣厲鄉曲仁里人也，生於周定王三年，生而皓首，故稱老子，姓李名耳，字伯陽，謚曰聃，周守藏室之史也，亦云柱下史，孔子適周，將問禮於老子，老子曰，子所言者，其人與骨皆已朽矣，獨其言在耳，君子得其時則駕，不得其時則蓬蔂而行，吾聞之，良賈深藏若虛，君子盛德容貌若老，去子之驕氣與多欲，態色與淫志，是皆無益於子之身，吾所以告子者，若是而已，孔子去，謂弟子曰，鳥，吾知其能飛，魚，吾知其能游，獸，吾知其能走，走者可以爲網，游者可以爲綸，

一 水精子註解，混沌子付圖。校對版本：癸丑菊月，蓬瀛仙館重刊版《太上清靜經》。其錯漏部分參考『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君說常清靜經》，及巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清靜經圖注》。

飛者可以爲矰，至於龍，吾不能知其乘風雲而上天，吾今見老子，其猶龍耶，老子修道德，其學以自隱無名爲務，居周久之，見周之衰，迺遂去，至關，關令尹喜曰，子將隱矣，强爲我著書，於是老子遂著書上下篇，言道德之意，五千餘言而去，莫知所終。

太上老君清靜經叙

昔鴻濛分判。陰陽始列。輕清上浮者爲天。重濁下凝者爲地。清濁相混者爲人。蓋人禀乾坤而交以成性。受陰陽而感以成形。得五行之化育。而五臟五德五靈。由斯而全焉。列三才之品。爲萬物之靈。世間難得者人也。人生難得者道也。夫人與天地同才。而不能與天地同長久者何也。皆因不知消長之理也。人與仙佛同體。而不能與仙佛同超證者何也。皆因不知先天之道也。既不知消長之理。先天之道。則天堂路閉。地獄門開矣。太上老祖。道成天上。位證清靜。意欲人人修

道。同享清靜。故著清靜之經。演長生之訣。流傳天下。化醒原來。其經至簡至易。極妙極元。真度人之寶筏。劈旁之斧钺也。若有善緣得遇。便是三生有幸。須當盥手恭讀。過細體閱。不看之時。高供神堂。則有丁甲守護。更能鎮宅驅邪。早晚諷誦。并可消災解厄。積德感天。自有明師相遇。低心求指經中之元。下氣懇傳先天之道。照經修煉。功果圓滿。丹書下詔。脱殼飛昇。在儒成聖。在釋成佛。在道成仙。逍遙清靜。浩封長存。庶不枉己投東一轉。亦不負太上度人之婆心也已。是爲叙。

旹　光緒十六年夏月吉旦　叙

太上老君說常清靜經

老君曰。大道無形。生育天地。大道無情。運行日月。大道無名。長養萬物。吾不知其名。强名曰道。夫道者。有清有濁。有動有靜。天

清地濁。天動地靜。男清女濁。男動女靜。降本流末。而生萬物。清者濁之源。動者靜之基。人能常清靜。天地悉皆歸。夫人神好清。而心擾之。人心好靜。而慾牽之。常能遣其慾。而心自靜。澄其心。而神自清。自然六慾不生。三毒消滅。所以不能者。爲心未澄。慾未遣也。能遣之者。内觀其心。心無其心。外觀其形。形無其形。遠觀其物。物無其物。三者既悟。惟見於空。觀空亦空。空無所空。所空既無。無無亦無。無無既無。湛然常寂。寂無所寂。慾豈能生。慾既不生。即是真靜。真常應物。真常得性。常應常靜。常清靜矣。如此清靜。漸入真道。既入真道。名爲得道。雖名得道。實無所得。爲化衆生。名爲得道。能悟之者。可傳聖道。

太上老君曰。上士無爭。下士好爭。上德不德。下德執德。執著之者。不明道德。衆生所以不得真道者。爲有妄心。既有妄心。即驚其神。既驚其神。即著萬物。既著萬物。即生貪求。既生貪求。即是煩

惱。煩惱妄想。憂苦身心。便遭濁辱。流浪生死。常沉苦海。永失真道。真常之道。悟者自得。得悟道者。常清靜矣。

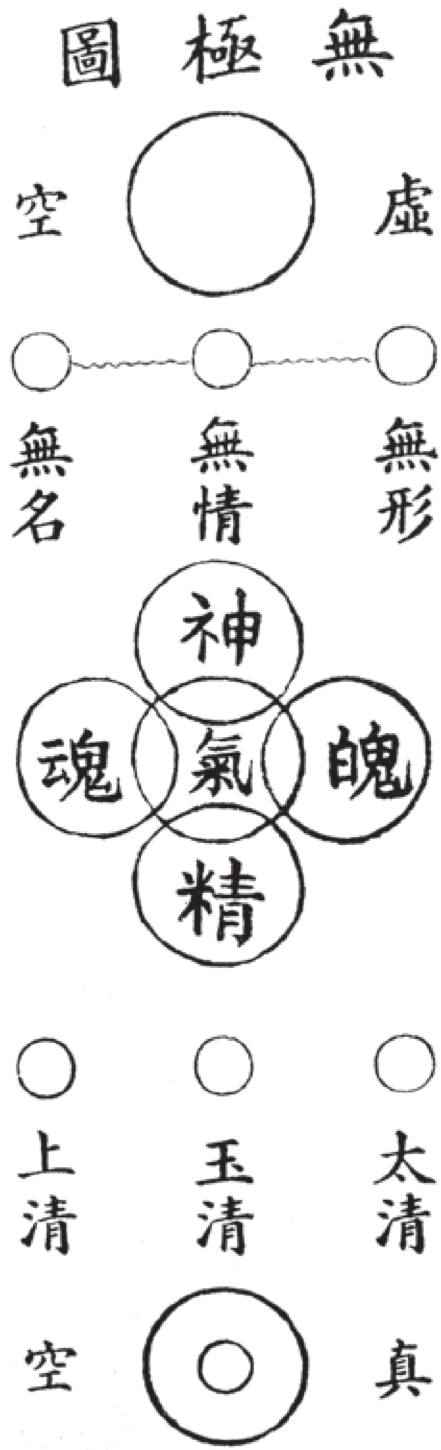
仙人葛公曰。吾得真道者。曾誦此經萬遍。此經是天人所習。不傳下士。吾昔受之於東華帝君。東華帝君受之於金闕帝君。金闕帝君受之於西王母。以上皆系口口相傳。不記文字。吾今於世書而錄之。上士悟之。昇爲天官。中士修之。南宮列仙。下士得之。在世長年。游行三界。昇入金門。

左玄真人曰。學道之士。持誦此經者。即得十天善神。擁護其身。然后玉符保神。金液錬形。形神俱妙。與道合真。

正一真人曰。人家有此經。悟解之者。災障不干。衆聖護門。神昇上界。朝拜高真。功滿德就。相感帝君。誦持不退。身騰紫雲。

太上老君說常清靜經終

清净經圖注



無極品第一

老君曰。大道無形。生育天地。大道無情。運行日月。大道無名。長養萬物。

老君曰。老者、乾陽也。君者、性王也。曰者、說談也。夫老君之出。莫知其源。自混沌以來。無世不出。上三皇號萬法天師。中三皇號盤古神王。後三皇號鬱華子。神農時號大成子。軒轅時號廣成子。千變萬化。難以盡推。或化儒聖。或化釋佛。或化

道仙。隱顯而莫測。或著感應。或著道德。或著清靜。功德以無邊。大道無形者。大爲無外。道爲至善。無是無極。形爲踪迹也。夫大道者。本鴻濛未判之元炁。有何形質之見耶。生育天地者。生、爲生化。育、爲含養。天、爲陽氣。地、爲陰氣。而天地均由大道之生也。每逢戌亥二會。爲混沌。混沌者。無極也。以待子會之半。靜極一動而生陽。陽氣上浮以爲天。在人爲玄關。以待丑會之半。動極一靜而生陰。陰氣下凝以爲地。在人爲丹田。故曰天開於子。地闢於丑也。大道無情者。夫道本屬先天。無聲無臭。情者、本屬后天。有作有爲。無情、是無爲之道也。運行日月者。運、是旋轉。行、爲週流。日、爲金烏。月、是玉兔。日屬離卦。則有寒暑之來往。月屬坎卦。則有消長之盈虧。在人爲聖日聖月。照耀金庭。大道無名者。名、是名目。先天大道。無形無象。無始無終。無首無尾。有何名字。長養萬物者。長、爲長生。養、爲養育。萬物、是胎卵濕化。昆蟲草木之類。皆得先天之氣而生之者也。世人若肯回頭向道。訪求至人。指示身中之天地。身中之日月。修無形無情無名之道。煉神寶氣寶精寶之丹。返上清太清玉清之宮。證天仙金仙神仙之果。逍遙物外。浩劫長存。這等好處。何樂而不爲也。

木公祖師詩曰。道德天尊演妙玄。尊經一部即真傳。求師指破生死竅。得訣勤修龍虎丹。箇箇同登清靜道。人人共上彩雲蓮。無極宮內受封後。快樂逍遙自在仙。



皇極品第二

吾不知其名。强名曰道。夫道者。有清有濁。有動有靜。天清地濁。天動地靜。

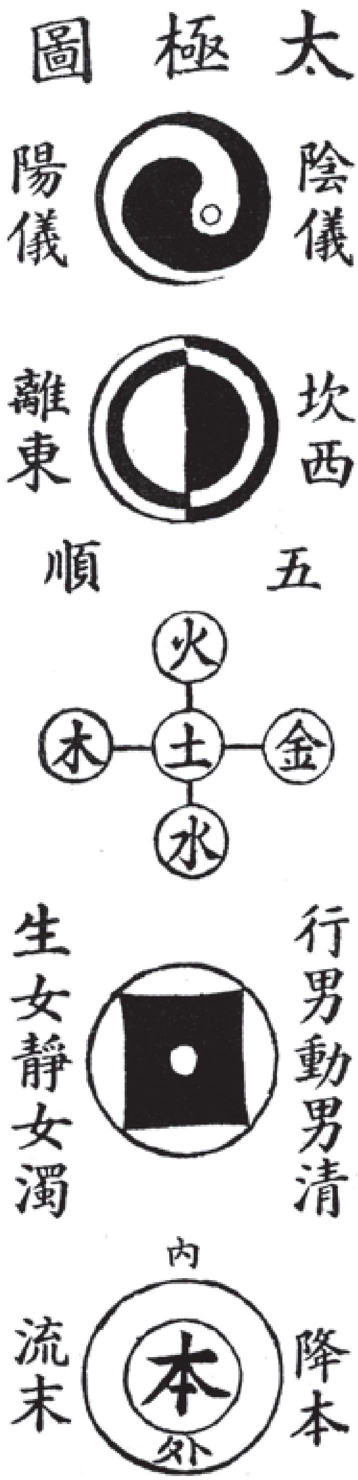
吾不知其名者。吾乃我也。是太上自嘆。大道本無形象所定。更無名色所擬。由强勉取名曰道。夫道雖曰强勉。以字義而推之。實不强也。何矣。倉頡夫子造道字。深隱玄蘊。

夫道先寫兩點。左點爲太陽。右點爲太陰。似太極陰陽相抱。在天爲日月。在地爲烏兔。在人爲兩目。在修煉爲回光返照也。次寫一字。乃是無極一圈。此圈在先天屬乾。易曰乾圓也。鴻濛一破。其天開也。圈折爲一。易曰乾一也。經曰天得一以清。地得一以甯。人得一以聖。儒曰惟精惟一。釋曰萬法歸一。道曰抱元守一。次寫自字於下者。言這一字圈圈。日月團團乃在自己身上。儒曰道也者。不可須臾離也。可離非道也。上下相合。成一首字。首者頭也。修道是頭一宗好事。次寫走之者。行持也。乃週身法輪自轉。此名道字之義也。夫道者乃性與天道。不可得而聞也。有清天氣也。有濁地氣也。有動陽氣也。有静陰氣也。天清純陽也。地濁純陰也。天動乾圓也。地静坤方也。清濁動静。在天顯象於日月。在地顯象於春秋。在人顯象於聖凡。日爲陽常圓常滿。月爲陰有晦有虧。春爲陽而萬物發生。秋爲陰而萬物頹敗。聖爲陽脱殼以昇仙。凡爲陰壽終以爲鬼。此謂清濁動静之理。大概而言之也。不知世間乾坤男女。可知身中清濁動静否。若是不知。急早積德。感動天心。明師早遇。指示身中之大道。聖日聖月之照臨。將濁陰之氣而下降。提清陽之氣以上昇。寂然不動謂之静。感而遂通謂之動。常以有欲。以觀其竅。動也。常以無欲以觀其竅中之妙者。静也。採㸑者動也。得㸑者静也。九節玄工。節節

有動靜清濁。須待口傳心授。方可了然於心。成仙有何難哉。

呂祖詩云。清靜妙經亘古無。水精注後理方舒。品分廿四超三界。大地遵崇獲寶珠。

關帝詩云。一卷無爲清靜經。旁門外道不相親。改邪歸正循天理。長生不死也由人。



太極品第三

男清女濁。男動女靜。降本流末。而生萬物。

男清女濁者。男禀乾道以成體。故曰清也。女禀坤道以成形。故曰濁也。男屬太陽。而

陽中有陰。離中虛也。女屬太陰。而陰中有陽。坎中滿也。故曰男子十六清陽足。女子十四濁陰降。清陽者壬水也。濁陰者癸水也。壬爲白虎。癸爲青龍。故仙家有降龍伏虎之手段。返本還原之天機。是以長生而不死也。男動女靜者。男稟天之氣以生。女稟地之氣而成。故曰天動地靜也。此男女之論。非實屬男女也。陰陽而已矣。降本流末。而生萬物者。降爲生。流爲成。本爲始。末爲終。是故萬物乃人之末。人爲萬物之本。人又爲天地之末。天地爲人之本。夫人不可以無本。亦不可以無末。本者體也。末者用也。則兩不相離。天地以太空爲本。而生人畜萬物。人畜以至善爲本。而生週身百體。天不失其本。則天且長且久。人不失其本。則人爲佛爲仙。亦可以與天地同壽矣。夫人。自古皆有死。何由不至於死也。豈不聞呂氏春秋曰。人能一竅通則不死。其壽在神。聖經云。物有本末。事有終始。知所先後。則近道矣。道經云。生我之門死我户。幾箇惺惺幾箇悟。夜來鐵漢自思量。長生不死由人做。噫嘻。這玄關一竅。異名多端。儒曰靈臺至善。太極。無思無慮之天。己所獨知之地。釋曰靈山、虛空、皇極。南無涅槃之天。阿彌陀佛之地。道曰靈關、金庭、無極。三清紫府之天。萬殊一本之地。三教名雖異。而其所一也。在儒得此竅而成聖。在道得此竅而成仙。在釋得此竅而成佛也。只是此竅上蒼所秘。而三

教聖人。不敢明洩於書。防匪人得之。恐遭天譴。必要訪求至人。低心受教。指示此竅次第工夫。是道則進。非道則退。若是以泥丸顖門。印堂頑心。肚臍心下。臍上下丹田。兩腎中間一穴。尾閭、夾脊、玉枕爲玄關者。皆非大道之所也。

上道古佛詩。女女男男濁濁清。還從本末覓真情。有爲曰動無爲靜。得本延年失本傾。急早回頭修至善。趁時氣在學長生。任君積下千金產。一日無常空手行。

三才圖



三才品第四

清者濁之源。動者靜之基。

清者、輕清也。濁者、重濁也。源者、源頭也。靜者、無爲也。動者、有爲也。基者、根本也。何爲清者濁之源。夫天本是清氣上浮。這清氣還從地中發生。地本陰濁之體。由陰極而生陽。濁定而生清也。男本清靜之體。女爲污濁之身。雖清靜之體。其源出於污濁之身也。丹道以神爲清陽之體。而神之源頭。由交感之濁精化成陽精。由陽精而生氣。由氣而生神也。故曰煉精化氣。煉氣化神。豈不是清者濁之源也。動者靜之基。何謂也。地本靜也。其源還從天氣所結。女本靜也。其源還從父親所降。丹道以無爲爲靜。有爲爲動。其源還從有爲立基。故曰動者靜之基也。奉勸世人。急早回頭向道。將自身中濁氣撥盡。清氣上浮。凝結成丹。長生不死。積功累德。丹書來詔。脱殼飛昇。逍遙物外。將生身父母同超天堂。共享極樂。不亦欣乎。可嘆世有一等愚迷貪痴之人。不知性理。他説仙佛皆有分定。不是凡夫做得到的。正所謂道不遠人。人之爲道而遠人。自暴自棄。甘墮苦海。全不思想人秉陰陽五行而生。爲萬物之首。可以行天地之全功。更可以載天地之大道。夫天地之道。顯象於日月。而日月之道。顯象於陰陽。而陰陽之道。

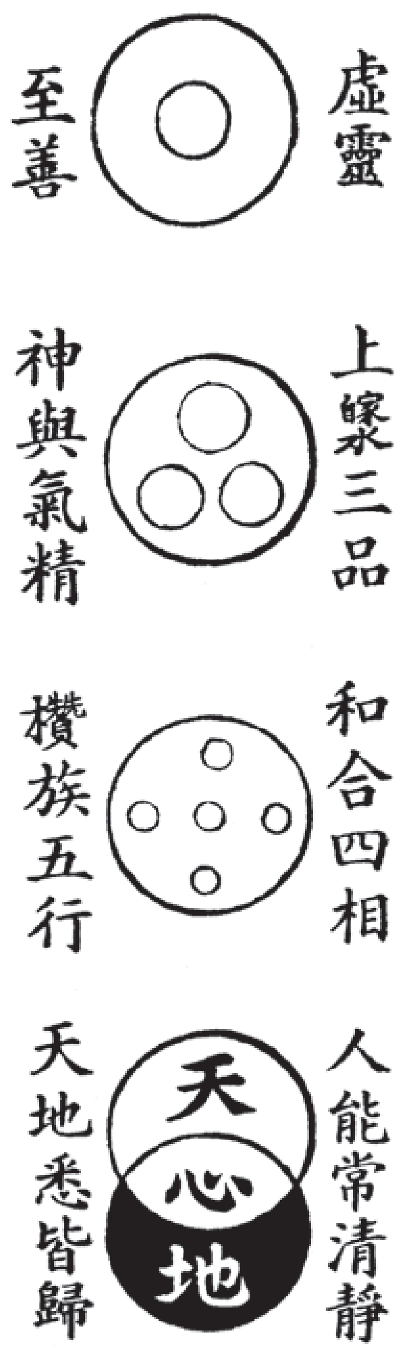
亦[二]顯象於消長也。消陽長陰。凡夫之道。待至陽盡陰純而成鬼。消陰長陽。異人之道。待至陰盡陽純而成仙。況人半陰半陽。半仙半鬼也。若將半邊陰氣煉退。則成純陽。純陽者仙也。何難之有。孟子曰。堯舜與人同耳。顏子曰舜何人也。子何人也。有爲者亦若是。此皆言人人可以爲聖賢。人人可以爲仙佛。只在有志無志之分耳。有志者不論在家出家。都能修身。在家者妻爲朋。子爲伴。人身雖在紅塵。而心出乎紅塵。何等便宜之事也。

呂祖詩曰。看破浮生早悟空。太陽隱在月明中。時人悟得陰陽理。方奪天機造化功。

韓祖詩曰。虛心實腹求鉛光。月裏分明見太陽。湛破濁清昇降路。自然丹熟遍身香。

二 按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清靜經圖注》補上此段：『顯象於日月。而日月之道。顯象於陰陽。而陰陽之道。亦』

道心圖



道心品第五

人能常清靜。天地悉皆歸。

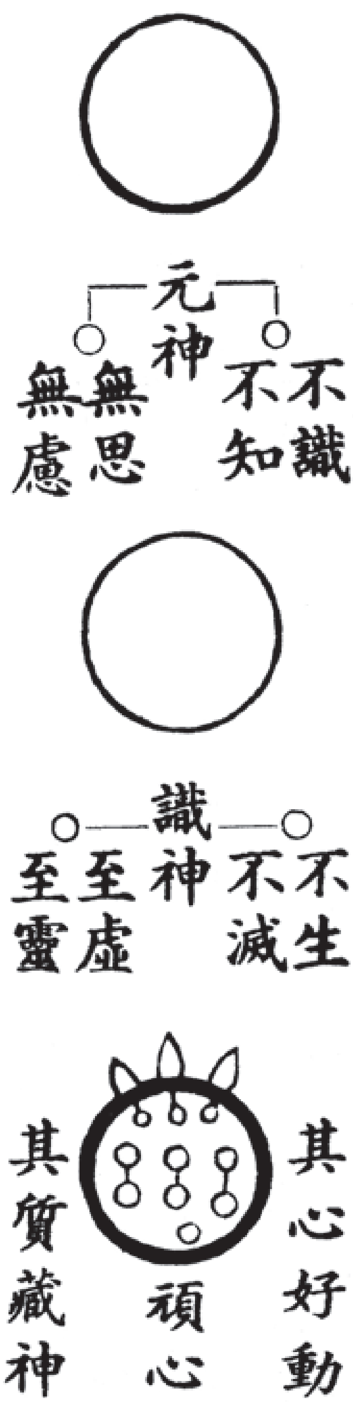
人者、善男信女也。能者、至强無息也。常者、二六時中也。清者、萬緣頓息也。靜者、一念不生也。修道之人。以清靜爲妙。非禮勿視。則眼清靜矣。非禮勿聽。則耳清靜矣。非禮勿言。則口清靜矣。非禮勿動。則心清靜矣。天地悉皆歸者。得明師指點身中之天地。天氣歸地。汞投鉛也。地氣歸天。鉛投汞也。神居北海。以清靜之功。則身中天氣悉歸之。而身外之天氣以隨之。神居南山。以清靜之功。則身中地氣悉歸之。而身外之地氣以隨之。所言身中之天者。道心而已矣。身中之地者。北海而已矣。道心先天屬乾。乾爲天。故以道心爲天也。北海先天屬坤。坤爲地。故

以北海爲地也。身中之天地而感身外之天地。身外之天地。以應身內之天地。而身內之天地有主宰。則身外天地之氣悉歸於內也。若無主宰則身內之天地之氣悉歸於外也。不能成道。反與大道有損。書經曰。人心惟危。道心惟微。惟精惟一。允執厥中。正是教人去人心。守道心。無奈世人不得明師指點。總在書上找尋大道。豈不思這大道。至尊至貴。子貢曰夫子之文章。可得而聞也。夫子之言性與天道。不可得而聞也。又曰君子憂道不憂貧。子曰。朝聞道。夕死可也。似此數語推之何等貴重。豈將大道露洩於紙墨乎。又豈將大道。不分貴賤君子小人。俱可得乎。定無此理也。三教聖人之經典。所言治國齊家。人事之常道者。品節詳明。所言修身次第工夫。概是隱而不露。所露者不過是以肉團頑心爲虛靈不昧。或以心下三寸六分爲黃庭。以兩腎中間一穴爲父母。未生以前。冥心空坐爲道心。又爲返本還原。一概虛假。世人信以爲實。深可嘆也。

正陽帝君詩曰。可嘆蒼生錯認心。常將血肉當黃庭。三途墮落無春夏。九界昇遷少信音。便向仙街了罪籍。遂從道路脫寒陰。吉凶兩岸無差錯。善士高昇惡士沉。

重陽帝君詩曰。道心惟微人心危。幾箇清清幾箇知。至善中間爲洞府。玄關裏面是瑤池。猿猴緊鎖休遷走。意馬牢拴莫叫馳。允執厥中涵養足。金光一道透須彌。三

人心圖



人心品第六

夫人神好清而心擾之。

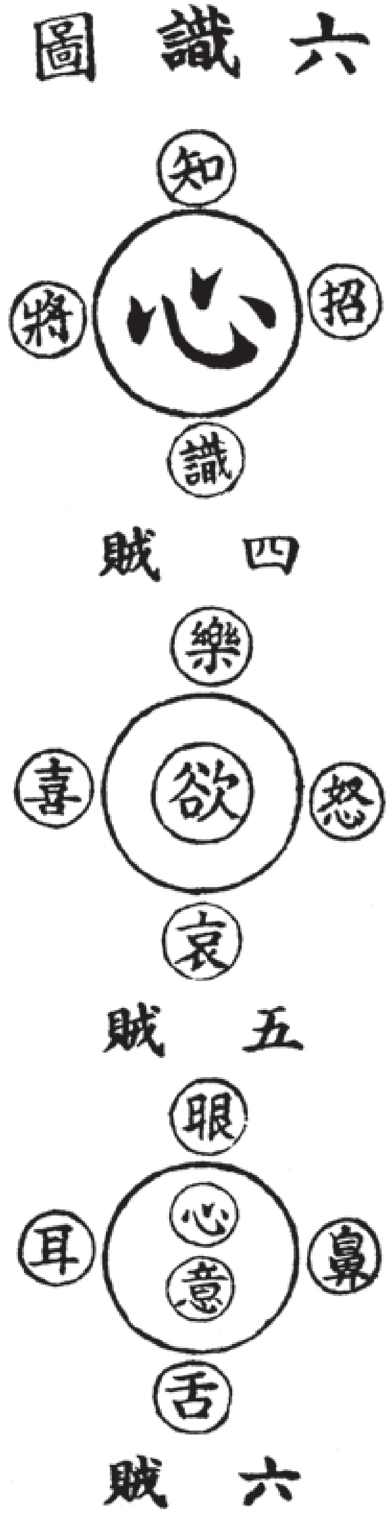
夫人神好清者。一陰一陽乃爲人。人得一爲大。大得一爲天。超出天外方爲夫字。人者得天氣下降。地氣上昇。陰陽相結以爲人也。神者禀父母之性爲元神。受天地之性爲識神。而元神無識無知。能主造化。識神最顯最靈。能應變無停。此神是人之主人翁也。

三　按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清靜經圖注》補上此段：『猿猴緊鎖休遷走……金光一道透須彌。』

其神之原出於無極。道家呼爲鐵漢。釋氏喚作金剛。儒者呌做魂靈。不生不滅。不增不減。在身爲魂。出身爲鬼。修善爲仙爲佛。作惡變禽變獸。夫元神隨身之有無。從受胎以得。其生凝於無極之中央。主宰生身之造化。十月胎足。瓜熟蒂落。地覆天翻。一箇觔斗下地。囫地一聲。而元神從無極逩下肉團頑心。這識神趁此吸氣。隨吸而進。以爲投胎。與元神合而爲一。同居於心。從此以心爲主。而元神失位。識神當權。七情六慾。晝夜耗散。而元神耗散以盡。地水火風。四大分馳其神。嗚呼哀哉。而識神爲自己之真。性以捨身而出。縱壽高百歲。不免大夢一場。必有鬼卒押至地獄。將平生之善惡。照簿賞罰。善者或轉生來世。以受福報。或爲鬼神。享受香煙。惡者或轉世以受惡報。或失人身以變四生。而萬刦難復也。好者愛也。清者静也。此言元神本好清静。無奈人心之識神。而好動作。時常以擾之。不能清静。因不能清静。朝傷暮損。漸磨漸虧。元神一衰。而百病相攻。無常至矣。奉勸世人。要曉人身難得。中華難生。佛法難遇。大道難逢。今得人身。幸生中華。切莫糊糊混混。誤過一世。要把性命二字爲重。識神元神當分。真身假身當曉。人心道心當明。切不可以人心當道心。以識神當元神。以假身當真身。佛經云心字詩。三點如星象。橫鈎似月斜。披毛從此起。作佛也由他。吕祖曰。人生難得道

難明。趁此人身訪道根。此身不向今生度。再等何時度此身。

黃老詩曰。一貫道心孔氏書。於今清靜啟靈圖。真經真法皆言道。天理天年也在儒。漢武枉尋千歲藥。秦王空想萬年謨。此經在手春秋永。別有乾坤鎮玉壺。



六賊品第七

人心好靜而慾牽之。

人心者、常人之心也。好靜者、不愛妄動也。慾者、七情六慾也。牽之者、牽引外馳也。

夫人心本不好靜。因有元神在內。有時元神主事。故心有時好靜也。人心本不好動。因

有識神在內。有時識神主事。故心亦有時好動也。人身因有六根。則有六識。因有六識。則有六塵。因有六塵。則有六賊。因有六賊。則耗六神。因耗六神。則墜六道也。六賊者、眼耳鼻舌身心是也。眼貪色而不絕。久以後這點靈性。墮在卵生地獄。變爲飛禽鵲鳥。羽毛之類。身披五色翎毛。何等好看。耳聽邪話而不絕。久以後這點靈性。墮在胎生地獄。變爲騾駝豫馬。走獸之類。項帶鈴鐺。何等好聽。鼻貪肉香而不絕。久以後這點靈性。墮在濕生地獄。變爲魚鱉蝦蟹。水族之類。常在臭泥。何等好聞。舌貪五葷三厭而不絕。久以後這點靈性。墮在化生地獄。變爲蚊蠓蛆蟲蟣虱之類。還是以口傷人傷物。何等有味。心貪財而無厭。久以後這點靈性。墮在駝脚之類。一生與人馱物。而貨財金銀常不離身。何等富足。身貪淫而無厭。久以後這點靈性。墮在煙花鷄鴨之類。一日交感無度。何等悅意。此言六慾牽心之報也。還有七情之傷。而不可不知也。七情者。喜怒哀懼愛惡慾是也。喜多傷心。怒多傷肝。哀多傷肺。慾多傷脾。愛多傷神。懼多傷膽。惡多傷情。此爲七情牽心之傷也。又有外十損。而亦不可不知也。久行損筋。久立損骨。久坐損血。久睡損脉。久聽損精。久看損神。久言損氣。食飽損心。久思損脾。久淫損命。此爲十

損也。大凡世人。無一不受此六賊七情十損之害也。奉勸天下善男信女。將六賊七情十損。一筆勾銷。返心向道。切莫上此賊船。恐墮沉淪。悔之晚矣。

無心道人詩曰。眼不觀色鼻不香。正心誠意守性王。三境虛空無一物。不生不滅壽延長。

尹真人詩曰。靈光終日照河沙。凡聖原來共一家。一念不生全體現。六根纔動被雲遮。



三尸品第八

常能遣其慾而心自靜。澄其心而神自清。自然六慾不生。三毒消滅。

常者、平常也。能者、志能也。遣者、逐遣也。慾者、私慾也。言二六時中。將靈臺之上。打掃潔净。勿使萬物所搖。外相不入。内相不出。而道心自然清静矣。澄其心者。將渾水以澄清也。而心有雜念。如水之有泥漿也。知止而後有定。定而後能静。五祖曰[四]。身是菩提樹，心乃明鏡臺。時時勤打掃，休得惹塵埃。六祖曰。菩提本無樹，明鏡亦非臺。本來無一物，怎得惹塵埃。正此之謂也[五]。而神自清者。心無念頭擾撓。而元神自然清明。元神清明。而眼耳鼻舌心身。六慾則無妄動矣。三毒者。三尸也。人身有三尸神。名三毒。上尸名彭踞。管人上焦善惡。中尸名彭躓。管人中焦善惡。下尸名彭蹻。管人下焦善惡。上尸住玉枕關。中尸住夾脊關。下尸住尾閭關。每逢庚申甲子。詣奏善惡。又有九蟲。作害不淺。阻塞三關九竅。使其真陽不能上昇。而九蟲俱有名字。一曰伏蟲。住玉枕竅。二曰龍蟲。住天柱竅。三曰白蟲。住陶道竅。四曰肉蟲。住神道竅。五曰赤蟲。住夾脊竅。六曰隔蟲。住玄樞竅。七曰肺蟲。住命門竅。八曰胃蟲。住龍虎竅。九曰蟯

四　按《六祖壇經》典故，爲『五祖出偈。神秀偈曰。』

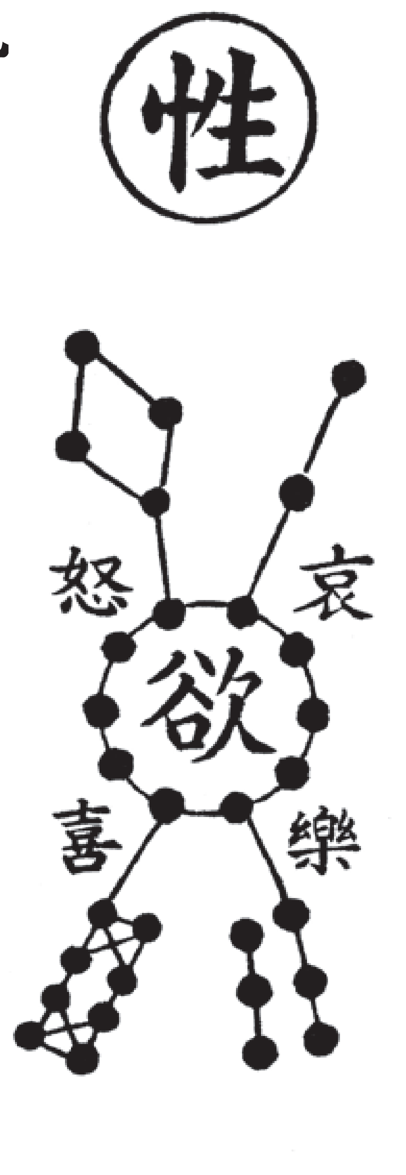
五　米晶子注：五祖曰識神，六祖曰元神。

蟲。住尾閭竅。三尸住三關。九蟲住九竅。變化多端。隱顯莫測。化幻景睡生煩惱。使其大道難成矣。故丹經云。三尸九蟲在人身。阻塞黃河毒氣深。行者打開三洞府。九蟲消滅壽長生。正此之謂也。不知修道之士。可知斬三尸。殺九蟲之法否。倘若不知。急訪明師。低心求指大道。請動孫悟空。在東海龍宮。求來金箍棒。打開三關。借來豬八戒之釘扒。扒開九竅。而三尸亡形。九蟲滅迹。關竅通徹。法輪常轉。性根常存。命基永固。七情頓息。六慾不生。三毒消滅矣。

無垢子詩曰。七情六慾似風塵。一夜滂沱洗垢新。待等地雷初發動。尸嚎鬼哭好驚人。

達摩祖師詩曰。一陽氣發用功夫。九蟲三尸趁此除。到陣擒拿須仔細。恐防墮落洞庭湖。

氣質圖



氣質品第九

所以不能者。爲心未澄。慾未遣也。

所以不能者。是不能掃三心。飛四相也。爲心未澄者。是人心未死也。慾未遣也者。是七情六慾常未去也。蓋人生天地之間。不能成仙成佛。成聖成賢者何也。皆因不能去喜去怒。去哀去樂者明矣。若果能去喜情化爲元性。去怒情化爲元情。去樂情化爲元神。去哀情化爲元精。去慾情化爲元氣。五慾化爲五元。有何仙不可成。而何佛不可證也。儒曰戒慎乎其所不覩。恐懼乎其所不聞。釋曰無眼耳鼻舌身意。無色身香味觸法。道曰恍恍惚惚。杳杳冥冥。如照三教聖經行持。又有何私不可去。而何慾不可遣也。夫三教聖人。總是教人去其私慾者何也。私慾乃屬陰也。三教聖人。總是教人存其天理者何也。天理乃屬陽也。

順其陰者爲鬼也。純其陽者爲仙也。丹經云。朝進陽火。暮退陰符。不知世之善男信女。可知進陽退陰之功否。倘若不知。速將世間假事一筆鈎消。積德感天。明師相遇。指示性與天道。進陽退陰之理。口傳心授。不勞而得焉。噫性與天道。不可得而聞也。豈易聞乎哉。吾將天道。略指大概而言之。每逢朔日。天上日月并行。至初三日巳時進一陽。名地雷復。至初五日亥時進二陽。名地澤臨。至初八日巳時進三陽。名地天泰。爲鉛八兩。至初十日亥時進四陽。名雷天大壯。至十三日巳時進五陽。名澤天夬。至十五日亥時進六陽。名乾爲天。易曰君子終日乾乾。純陽之體也。若不用火煆煉。過此又必生陰矣。至十八日巳時進一陰。名天風姤。至二十日亥時進二陰。名天山遯。至二十三日巳時進三陰。名天地否。爲汞半斤。至二十五日亥時進四陰。名風地觀。至二十八日巳時進五陰。名山地剥。至三十日亥時進六陰。名坤爲地。六爻純陰也。而天上則無月。無月則無命矣。[六]

鍾離祖詩曰。煉性先須煉老彭。一輪娥月西南横。陰符進退丹益熟。陽火盈虧月漸明。拆坎填離返本位。擒烏捉兔復初城。從今不上閻王套。我做神仙赴玉京。

[六] 米晶子注：天無月，人無命，可思議。月含萬水。



虛無品第十

能遺之者。內觀其心。心無其心。外觀其形。形無其形。遠觀其物。物無其物。三者既悟。惟見於空。

能遺之者。是將一切雜念。遺逐他方也。內觀其心者。是冥目內視也。心無其心者。念頭從心而發。連心都沒得了。看他念從何而生也。外觀其形者。是冥目外視也。形無其形者。心生於形。連形都沒得了。看他心又從何而生也。遠觀其物者。是冥目遠視天地日月星辰。山河林屋都沒得了。看他身又生於何處也[七]。三者既無。是言心身物都似乎沒

七 米晶子注：身即形也，命也，月也，水也。

得了。唯見於空者。是言天地人三才萬物。未有一物。混混沌沌。只有虛空常未了却。故曰唯見於空。以外而言。乃是虛空。以内而言。乃是真空[八]。真空者自身之玄關也。經云三界内外。爲道獨尊。老祖曰。吾所以有大患者。爲吾有身。及吾無身。吾有何患。又云後其身而身先。外其身而身存。金剛經云。不可以身相見如來。臨濟禪師云。真佛無形。真性無體。真法無相。古仙云。莫執此身云是道。此身之外有真身。自古成道仙佛。皆以忘形守道爲妙。可嘆世間有等愚人。不但不能忘其形。而且將此假身認爲真身。飽酒肉以肥此身。戀美衣以飾此身。愛美色以伴此身。至於修煉。無非八段錦。六字氣小週天。一切都在色身上搬弄。或者服三黄藥草。五金八石。以爲外丹。或者行三峰採戰之功。將年幼女子。以爲爐鼎。把女子之精氣奪來。名爲採陰補陽。或者吸精氣以爲補腦。或者服紅鉛名爲先天梅子。或者服白乳以爲菩提之酒。或者枯坐以爲參禪。或者守心以爲煉性。種種旁門三千六百。難以盡舉。都在色身上作事。地獄裏找路。不但不能成仙。一旦陽氣將盡。四大分馳。一點靈性。永墮沉淪。而肉身何

八 米晶子注：玄關一竅，乃真空之體也。真空者，自身乃是己性之體。

在之有也。嗚呼真可嘆哉。

紫清真人詩曰。此法真中妙更真。無頭無尾又無形。杳冥恍惚能相見。便是超凡出世人。

翠虛子詩曰。無心無物亦無身。得會生前舊主人。但是此中留一物。靈臺聚下纖砂塵。

虛空圖



虛空品第十一

觀空亦空。空無所空。所空既無。無無亦無。無無既無。湛然常寂。寂無所寂。慾豈能生。慾既不生。即是真靜。

觀空亦空。空無所空者。此是承上文而言。三心已掃。四相已飛。外不知其物。內不知其心。只有真空存焉。到如是之際。連真空都沒有了。無無亦無。無無既無。是言無真空。無太空。無慾界。無色界。無想界。無思界。粉碎虛空。湛然常寂。寂無所寂者。言其大定。無人無我。混混沌沌。一派先天矣。慾豈能生。慾既不生。即是真靜者。言慾念不生。則入真靜。三花自然聚頂。五炁自然朝元。神空於下焦。則精中現鉛花。神空於中焦。則氣中現銀花。神空於上焦。則神中現金花。故三花聚於頂矣。空於喜則魂定。魂定而東方青帝之氣朝元。空於怒則魄定。魄定而西方白帝之氣[九]朝元。空於哀則神定。神定而南方赤帝之氣朝元。空於樂[一〇]則精定。精定而北方黑帝之氣朝元。空於慾則意定。意定而中央黃帝之氣朝元。故曰五氣朝元。儒曰人慾盡凈。天理

九　按『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君說常清静經》，及巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》補上此段：『西方白帝之氣』。

一〇　按『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君說常清静經》，及巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》補上此段：『則神定。神定而南方赤帝之氣朝元。空於樂』。

流行。釋曰無無明。亦無無明盡。道曰虛其心。實其腹。皆是言觀空之道。雖曰觀空之道。亦不是頑空枯坐。不過去其雜念而已。倘若未得明師指示。何處安爐。何處立鼎。何謂煉己。何謂築基。何謂採藥。何謂得藥。何謂老嫩。何謂河車。何謂火候。何謂乾坤交媾。何謂坎離抽添。何謂金木交并。何謂鉛汞相投。何謂陽火陰符。何謂清静沐浴。何謂灌滿乾坤。何謂脱胎神化。次第工夫。任你觀空静坐。縱有三花。聚於何鼎。任有五炁。朝於何元。只落得形如枯木。心若死灰。一朝壽滿。清靈善化之鬼。來去明白。名叫鬼仙。或頂衆神而受香煙。或轉來世以爲官宦。倘若迷性。依然墮落。前工枉費。深可痛哉。好道者慎之謹之。

觀空子詩曰。富貴榮華似水漚。塵勞識破上慈舟。觀空得寶爐中煉。穩跨青鸞謁帝洲。

懼留孫詩曰。空形空象空仙方。空寂空心空性王。空裏不空空色相。真空觀妙大文章。

真常圖



真常品第十二

真常應物。真常得性。常應常靜。常清靜矣。

真常應物者。無念紛擾謂之真。五德五元謂之常。感而遂通謂之應。[illegible]苗發生謂之物也。真常得性者。此感彼應謂之得。真靈不散謂之性也。常應常靜者。此常乃平常之常。又非真常之比也。平常事來則應。事去則靜矣。常清靜矣。是言寂然不動也。修道之士每日上丹。掃心飛相。去妄存誠。陽極生陰。寂然不動。萬緣頓息。陰極生陽。感而遂通。萬脈朝宗[一]。而先天五德發現。名曰真常。真常者良知也。先天五元發現。名曰應物。

一　米晶子注：正法眼藏，萬法皈宗。此張多看爲妙。

應物者良能也。良知良能。乃名真性。人心死盡。道心全活。乃名真常得性。先天一氣名爲物。知覺收斂名爲應。人心常死。則道心常活。道心常活。則妄念不生。妄念不生。則常復先天。常復先天。則藥苗常生。藥苗常生。則真性常覺。真性常覺。則真常常應。真常常應。則河車常轉。河車常轉。則海水常潮。海水常潮。則火候常煉。火候常煉。則金丹常結。金丹常結。則沐浴常靜。沐浴常靜。則法身已成。法身已成。了然無事。故曰常應常靜。常清靜矣。可嘆世人。在儒者希聖學賢。一見五經四書。每言去慾爲先。就以一味去慾而了大事。再不窮究存心養性。心是何存。性是何養。在釋者叅禪學佛。一見法華金剛。每言去念爲先。就以一味去念而了大事。再不窮究明心見性。心是何明。性是何見。在道者修真學仙。一見清靜道德。每言觀空爲先。就以一味觀空而了大事。再不窮究修心煉性。心是何修。性是何煉。豈以一味頑空枯坐。道可成哉。豈不知大道即天道。天道生長萬物。全賴日月星辰。風雲雷雨。易曰鼓之以雷霆。潤之以風雨。日月推遷。一寒一暑是也。豈以一味空空無爲。而萬物自能成乎。

文昌帝君詩曰。乾坤日月皆無心。赤炁揚輝處處靈。惟有玄根同太極。自然煥發合天經。流行萬古兼千古。合撰清寧永太寧。清凈洞陽敷妙德。真機運動不留停。



二二

真道品第十三

如此清靜。漸入真道。

二二 真道圖按『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君說常清靜經》改正。

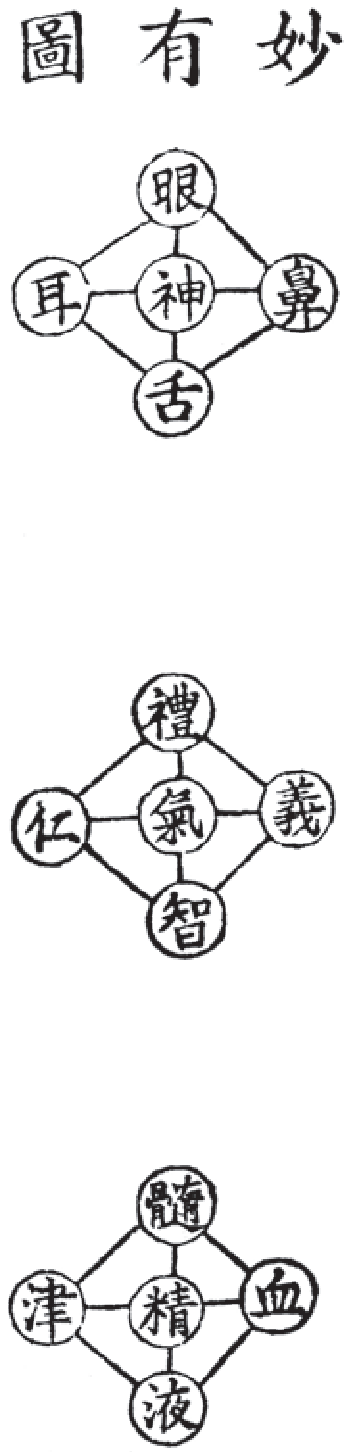
如此清靜。漸入真道者。此承上章而言。如此清靜無爲。可返先天。既返先天。漸次以入真道。真道者非三千六百旁門。九十六種外道之比也。此爲先天大道。生天生地。生人物之道也。道也者。大矣哉。果何物也。曰無極而已矣。夫無極真道。自古口口相傳。不敢筆之於書。恐匪人得之。必遭天譴。雖然。書中藏道。必是喻言。隱母而言子。隱根而言枝。概是借物闡道。張冠李戴也。是余亦不敢明洩。將此真道微露大概。以作訪道之憑證。不致悞墮旁門也。真道者、乃生身之初是也。得父之精。母之血。二物交合。精爲鉛。血爲汞。鉛投汞名乾道而成男。汞投鉛爲坤道而成女。半月生陽。半月生陰。由此而五臟。由此而六腑。由此週天三百六十五骨節。由此八萬四千毫毛孔竅。先天卦氣以足。瓜熟蒂落。一個筋斗下地。囫啼一聲。先天無極竅破。而元神元氣元精。從無極而出。分爲三家。乾失中陽以落坤。坤變坎。坤失中陰以投乾。乾變離。先天乾坤失位。而變成後天坎離。火水未濟也。從此後天用事凡夫之途。若有仙緣。訪求返本還原之真道。這真道先點無極一竅。此竅儒曰至善。釋曰南無。道曰玄關。異名頗多。前篇先以剖明。要用六神會合之功。守

定此竅。久守竅開。元神歸位。復用九節玄功。名爲金丹九轉。抽爻換象。拆坎填離。奪先天之正氣[13]。吸日月之精華。用文武之火候。修八寶之金丹。日就月將。聖胎漸成。和光混俗。積功累德。三千功滿。八百果圓。丹書下詔。脱壳飛昇。逍遥物外。天地有壞他無壞。浩刦長存。故曰金剛不壞之體也。不枉出世一場。雖然如此好處。必要真師口傳心授。務要立生死不退之心。方可穩當矣。

元始天尊詩曰。清静妙經本自然。得明真道悟先天。金丹一服身通聖。隨作逍遥閬苑仙。

靈寶天尊詩曰。清静真言却不多。内中玄妙少人摩。此身有盞長生酒。請問凡夫喝過麽。

一三 巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》爲『奪天地之正氣』。



妙有品第十四

雖名得道。實無所得。

雖是雖然。名是名目。得爲得傳。道爲大道。實者真也。無者虛也。雖名得道者。乃承上文而言。漸入真道也。得受明師真傳正授。何者是玄關一竅。何者是六神會合。何者是築基煉己。何者是採臮煉丹。何者是藥苗老嫩。何者是去濁留清。何者是汞去投鉛。何者是鉛來投汞[一四]。何者是嬰兒姹女。何者是金公黃婆。何者是金木交并。何者是水火既濟。何者是法輪常轉。何者是陽火陰符。何者是文武烹煉。何者是清靜沐浴。何者是灌滿乾坤。何者是温養脱胎。何者是七還九轉。何者是移爐換鼎。何者是龍吟虎嘯。何

一四 按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清靜經圖注》補上此段：『何者是鉛來投汞』。

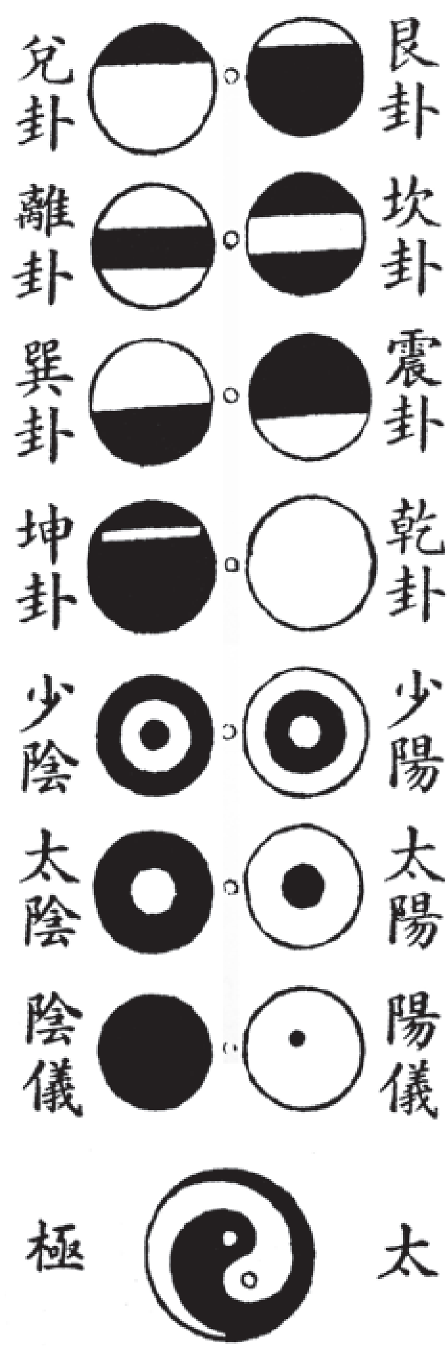
者是面壁調神。一一領受。方名得道也。雖名得道。實無所得者何也。夫道所言關竅⿱髟家物。一切種種。無窮無盡。美名奇寶。一概都是人身自有。并非身外得來。故曰實無所得也。果真實爲得者。必是受道之後。苦修苦煉。立定長遠之計。鐵石之心。千難不改。萬難不退。富貴不能淫。貧賤不能移。威武不能屈之志。方可不致半途而廢。定要將身外假名利恩愛。酒色財氣。一刀斬斷。速修身中真名利恩愛。酒色財氣。方爲得道。而身外人人皆曉。身内知者鮮矣。聽吾將身内説來。身拜金闕。享受天爵。乃爲真名。金丹成就。無價貴寶。乃爲真利。超度父母。時常親敬。乃爲真恩。坎離相交。金木相并。乃爲真愛。玉液瓊漿。菩提香膠。乃爲真酒。嬰兒姹女。常會黄房。乃爲真色。七寶瑤池。八寶金丹。乃爲真財。絪緼太和。浩然回風。乃爲真氣。這便是身中之八寶也。捨得外而成得内。捨得假而成得真。外培功内修果。動度人而静度己。以待日就月將。外功浩大。内果圓明。脱殼飛昇。萬刦長存。方爲得道。成道了道。大丈夫之能事畢矣。

道心子詩曰。奉勸世人希聖賢。榮華富貴亦徒然。身中自有長生酒。體内不無養命錢。色即是空空即色。仙爲祖性性爲仙。乾坤聽得吾師[一五]勸。

一五　按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》，改『詩』為『師』。

急早回頭上法船。

聖道圖



至道品第十五

爲化衆生。名爲得道。能悟之者。可傳聖道。

爲化衆生者。爲者專意也。化者普度也。衆者一概也。生者男女也。勸化九六衆生而回西也。名爲得道者。名者聲揚也。爲者助成也。得者受持也。道者工夫也。勸化衆生修道。功德浩大。自外而得之。故曰得道也。能悟之者。能是能爲。悟是窮究。得了大道。總要窮理盡性。以至於命。勤叅苦採。內外加功。可傳聖道者。可是可以。傳是度人。聖是高真。道是天機也。功圓果滿。領受天命。方可傳道。三期普度。道須人傳。呂祖曰。

人要人度超凡世。龍要龍交出污泥。未領天命。不能傳道。儒云畏天命。畏大人。畏聖人之言。小人不知天命而不畏也。何謂聖道。生身之本也。世人可知生身之本乎。父母交後。懷胎一月。三百六十箇時辰。無極以成。其餘半月生陽。半月生陰也。又半月無極一動。而生皇極之陽。又半月無極一靜。而生皇極之陰。懷胎二月也。又半月皇極一動而生太極之陽。又半月皇極一靜。而生太極之陰。懷胎三月也。又半月太極一動而生老陽。又半月太極一靜而生老陰。懷胎四月也。又半月老陽一動而生太陽。又半月老陰一靜而生太陰。懷胎五月也。又半月老陽一靜而生少陰。又半月老陰一動而生少陽。懷胎六月也。又半月太陽一動而生乾。又半月太陰一靜而生坤。懷胎七月也。又半月太陽一靜而生兑。又半月太陰一動而生艮。懷胎八月也。又半月少陰一動而生離。又半月少陽一靜而生坎。懷胎九月也。又半月少陰一靜而生震。又半月少陽一動而生巽。懷胎十月也。由無極而皇極。由皇極而太極。兩儀四象八卦。萬物周身。三百六十五骨節。八萬四千毫毛孔竅。由無極聖道而生之者也。

斗母元君詩曰。識得生身性自歸。無不爲兮無不爲。萬殊一本退藏密。生聖生凡在此推。

觀音古佛詩曰。可傳聖道領慈航。普渡羣迷煉性光。能悟先天清靜道。金仙不老壽延長。

消長圖



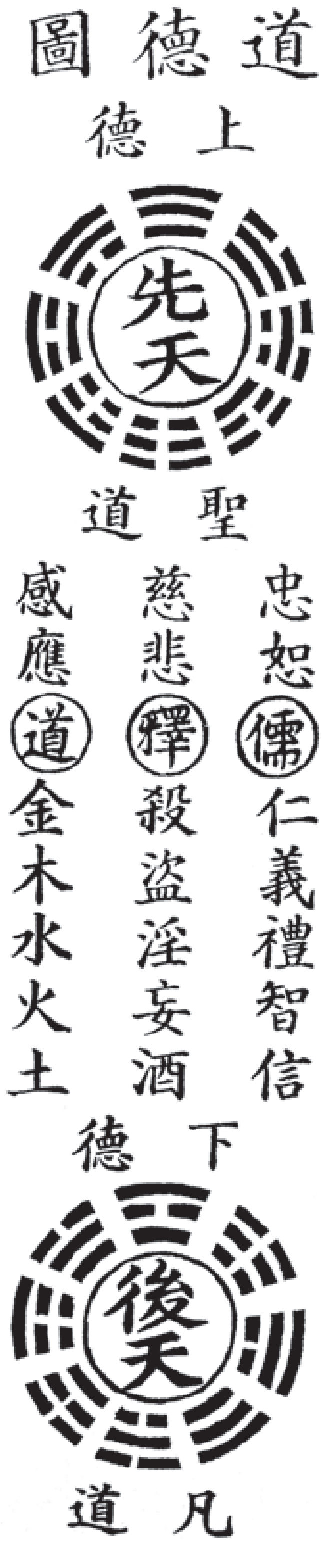
消長品第十六

太上老君曰。上士無爭。下士好爭。

太者、大也。上者、尊也。老者、古也。曰者、說也。上士者、文學大德也。下士者、淺學執着也。無爭者、涵容深厚也。好爭者、慣高好勝也。老君說上士之心。即聖人之心。包天裹地。渾然天理。賢愚盡包。和光混俗。自謙自卑。銼銳埋鋒。不露圭角。外圓內方。作事循乎天理。出言順乎人心。何爭之有。下士好爭者。下士亦是好學之士。

無奈根基淺薄。學不到聖人之位。多有慣高執着。偏僻好勝。自是自彰。論是論非。故曰好爭也。上士如進陽。君子道長也。下士如進陰。小人道長也。陰陽消長之理。進退存亡之道。亦不可不知也。人之初生時。身輭如綿。坤柔之象也。九百六十日變一爻。初生屬坤。至二歲零八月進一陽。變坤爲復。至五歲零四月進二陽。變復爲臨。至八歲進三陽。變臨爲泰。至十歲零八月進四陽。變泰爲壯。至十三歲零四月進五陽。變壯爲夬。至十六歲進六陽。變夬爲乾。六爻純陽。上士之位也。此時修煉。立登聖域。以下九十六箇月變一爻。此時不修。漸而成下士矣。至二十四歲進一陰。變乾爲姤。此時修煉。不遠復矣。如若不修。至三十二歲進二陰。變姤爲遯。此時修煉。容易成功。如若不修。至四十歲進三陰。變遯爲否。此時修煉。還可進功。如若不修。至四十八歲進四陰。變否爲觀。趁此能修。久而可成。倘若再不修。至五十六歲進五陰。變觀爲剥。趁此快修。困學可成。再若不修。至六十四歲進六陰。變剥爲坤。純陰無陽。卦氣已足。趁此餘陽未盡。若肯修煉。還可陰中返陽。死裏逃生。倘若再不修。待至餘陽已盡。無常至矣。一口氣不來。嗚呼哀哉。豈不是大夢一場。奉勸世人。勿論年老年少。總宜急早回頭爲妙耳。切莫死後方悔。慾修可能行乎。

忍辱仙詩曰。上士無争是聖功。分明三教其根宗。太和無礙太和妙。色象莫沾色象空。一月光横四海外。千江瑞映三才中。陽滿爲仙陰滿鬼。時人不識此圓融。



道德品第十七

上德不德。下德執德。執着之者。不明道德。

上德不德者。非是上德之士。反不重其德也。而上德爲先天五德俱全。在儒以遵崇仁義禮智信爲德。以忠恕爲行。在釋以戒除殺盗淫妄酒爲德。以慈悲爲行。在道以修煉金木水火土爲德。以感應爲行。德行全備。未染後天。以爲上德。後天返先天。亦是上德。本來自有。不待外求。故曰上德不德也。下德執德者。非是下德之士。反重其德也。而

下德已染後天。五德漸失。非執德之道。難以返其先天。何以爲執德。知過必改。知罪必悔。戒刑殺以成仁。戒巧取以成義。戒邪淫以成禮。戒酒肉以成智。戒妄語以成信。而仁義禮智信五德。由勉强而來。故曰下德執德也。執着之者。不明道德何謂也。執爲執拗。着爲着相。不信陰功。不明道德。見人戒刑殺以放生靈。他言輕人身而重畜物。見人戒盗取以周貧困。他言總空子而填人債。見人戒邪淫以保身體。他言斷人慾而無世界。見人戒酒肉以明智德。他言那六畜而係人吃。見人戒妄語以講信實。他言只要心好。何必忍口。種種執固不通。難以盡叙。故曰不明道德也。豈不知孔聖人所言仁義禮智信。李老君治下金木水火土。釋迦佛戒去殺盗淫妄酒。是何言也。不戒殺則無仁而缺木。在天則歲星不安。在地則東方有災。在人則肝膽受傷矣。不戒盗則無義而缺金。在天則太白星不安。在地則西方有災。在人則肺腸受傷矣。不戒邪淫則無禮而缺火。在天則熒惑星不安。在地則南方有災。在人則心腸受傷矣。不戒酒肉則無智而缺水。在天則辰星不安。在地則北方有災。在人則腎胱受傷矣。不戒妄語則無信而缺土。在天則鎮星不安。在地則中央有災。在人則脾胃受傷矣。哀哉。

天花真人詩曰。先天上德爲純陽。若肯修行果是强。五德五元三寶足。何須執德苦勞張。

彩荷仙詩曰。三教原來一理同。何須分別各西東。三花三寶三皈裏。五德五行五戒中。

妄心圖



妄心品第十八

衆生所以不得真道者。爲有妄心。

衆生所以不得真道者。天下男女名曰衆生。言衆性投生下界也。真道乃先天大道。非三萬六千旁門之比也。爲有妄心者。亡女爲之妄。夫人之心。屬乎離卦。離爲女。又爲日。日爲

星中天子。女本後妃之象。正直無私。光照天下。生化萬物。養育羣生。亡却女。即亡却真靈。真靈者日也。夫妄心由何而起也。因酒色財氣。名利恩愛所牽引也。妄想酒以養身。豈不知酒中之害。迷真亂性。人身氣脉。與天地同其升降。週流循環。一飲酒。氣脉不順。氣脉不順。則身中之星度錯矣。星度錯而壽元折也。妄想色以親身。豈不知色中之害。刮骨攝魂。人身以精而生氣。以氣而生神。有此三寶。人方長壽。一貪色則精洩。精洩不能生氣。氣衰不能生神。三寶耗散壽元損也。妄想財以肥家。豈不知財中之害。朝思暮想。苦勞千班。把你一點精氣神耗散。縱有萬金之富。難買無常不呌。一口氣不來。赤手空拳。分文難帶。罪孽隨性。四生六道。轉變無休。深可嘆也。妄爭閑氣以逞光棍。豈不知氣中之害。小事不忍而成大事。或人命官非。牢獄枷鎖。傾家敗產。妻埋子怨。悔之晚矣。妄想名以榮身。豈不知名中之害。習文以勞其心。習武以勞其形。碌碌一生。縱然官陞極品。難買長生不死。爲忠臣。爲良將。死後爲神。爲奸黨。爲逆賊。死墮沉淪矣。妄想恩愛以溫身。豈不知恩愛之害。你有銀錢衣食。妻則敬。子則孝。你若貧苦。妻必不賢。子必不孝。縱有賢孝者。必被妻恩子愛所累。一口氣斷。誰是妻。誰是子。所造之罪。自己抵擋。妻子雖親。亦難替你受其罪也。奉勸世人。將此假事一筆勾銷。如若不然。妄想神仙。不求大道。不去妄想。焉能成聖成賢乎。

洗塵子詩曰。洗去塵心學佛仙。無思無慮甚悠然。不貪酒色財和氣。學個長生壽萬年。

人神圖



人神品第十九

既有妄心。即驚其神。

既者、成也。有者、實也。妄者、動也。心者、神也。即者、定也。驚者、觸也。其者、此也。神者、主也。此承上文而言。大凡修道之士。不可起妄念。妄心一動。驚動元神。元神藏心。心神藏目。[一六]圭旨云。天之神聚於日。人之神聚於目。心爲諸神之主帥。眼

一六　米晶子注：元神藏目。心神藏心。

即衆神之先鋒。夫人身之神。共有六十四位。以應六十四卦之數也。人在受胎之初。先結無極。從無極而生太極兩儀四象八卦。周身百體。由一本而散爲萬殊。生凡之道也。又從萬殊復歸六十四卦。又從六十四卦。總歸十六官。由十六官總歸八卦。由八卦總歸四象。由四象總歸兩儀。由兩儀而歸太極無極。由萬殊復歸一本。生聖之道也。不知修道之士。可曉一本否。倘若不知。積德感天。明師相遇。指示一本大道。每日守定一本。不使元神遷移萬殊。有何妄心而驚神也。神不驚。則六十四位人神。混合元神。[一七]而元神得衆神之混合。其光必大。其神必旺。神旺則性靈。而神仙之道畢矣。再得九轉玄功。煉成陽神。名爲大羅金仙。再得外功培補。昇爲大羅天仙矣。夫一本九轉。須待師傳。而身中一十六官。略露春光可矣。心爲君主之官。神明出焉。眼爲鑒察之官。諸色視焉。口爲出納之官。言語出焉。耳爲採聽之官。衆音聞焉。鼻爲審辨之官。香臭識焉。肝爲將軍之官。謀慮出焉。肺爲相傳之官。治節出焉。脾[一八]爲諫議之官。周知出焉。腎爲作

一七　米晶子注：身中六十四神，混合元神。混合兩字，回風真炁者。

一八　原文爲『肚』，按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》，改爲『脾』。

强之官。伎巧出焉。膽爲中正之官。決斷出焉。胃爲倉廩之官。五味出焉。脾爲臣使之官。喜樂出焉。小腸爲受盛之官。化物出焉。大腸爲傳導之官。變化出焉。膀胱爲州都之官。津液出焉。三焦爲决瀆之官。水道出焉。此十六官。爲身中統帥之神也。十六官之中。惟心一神。乃身中之主。封眼耳鼻舌爲四相。其餘次之。勿論千神萬神。皆聽天君之命也。

文昌帝君詩曰。安念驚神散萬方。魂歸地府失真陽。寒冰惡浪層層陷。劍樹刀山處處傷。一念回春修道力。三田氣透得丹香。勸君急早歸清靜。不枉人間鬧一場。

萬物圖







萬物品第二十

既驚其神。即着萬物。

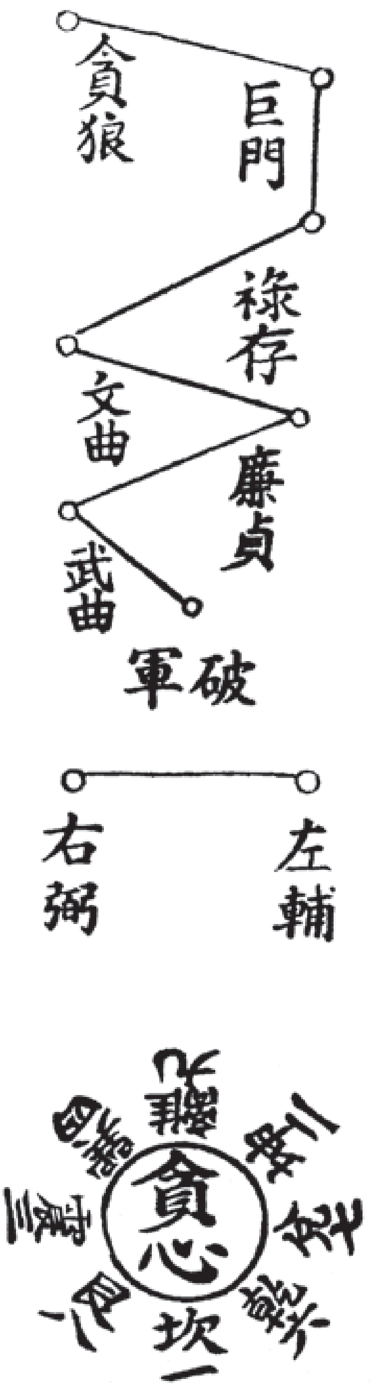
既者、事過也。驚者、不安也。神者、元神也。即者、就此也。着者、執固也。萬者、包羅也。物者、各體也。夫人有妄心。則元神隨識神而牽引。不是想着天上萬物。便是想着地下萬物。不是想着世上萬物。便是想着人身萬物。而天上萬物。不過日月星辰。風雲雷雨八字。以包其餘也。地下萬物。不過山川草木。五行四生八字。以包其餘也。世上萬物。不過名利恩愛。酒色財氣八字。以包其餘也。人身萬物。不過毫毛孔竅。精血肉骨八字。以包其餘也。天之萬物。地之萬物。人之萬物。總歸先天八卦之所生化者也。夫先天八卦。對待之理。乾南坤北。離東坎西。四正之位。震東北。巽西南。艮西北。兑東南。四隅之位也。此謂卦之相對也。乾之三爻陽。而對坤之三爻陰。名曰天地定位也。震之下一陽。中上二陰而對巽之下一陰。中上二陽。名曰雷風相搏也。坎之內一陽外二陰。而對離之內一陰。外二陽。名曰水火不相射也。艮之上一陽。中下二陰。而對兑之上一陰。中下二陽。名曰山澤通氣也。此謂爻之相對也。卦爻相對乃先天而天弗違。成聖之道也。從鴻濛分判之後。乾之中爻陽。去交坤之中爻陰。變坤爲坎。坤之中爻陰。來交乾之中爻陽。變乾爲離。坎之上爻陰。去交離之上爻陽。變離爲震。

離之下爻陽。來交坎之下爻陰。變坎爲兑。震之中上二陰。去交巽之中上二陽。變巽爲坤。巽之上爻陽。下爻陰。來交震之上爻陰。下爻陽。變震爲艮。艮之上爻陽。下爻陰。去交兑之上爻陰。下爻陽。變兑爲巽。兑之中下二陽。來交艮之中下二陰。變艮爲乾矣。故離南坎北。震東兑西。乾居西北。巽居東南。艮居東北。坤居西南。先天變爲後天。後天者流行之氣。故後天而奉天時。延命之術也。所以不知先天無爲之道。後天有爲之術。故不能成仙者此也。

康節夫子詩曰。萬物原來在一身。天文地理亦同親。凡夫不究源頭理。性入幽冥骨葬塵。

子思夫子詩曰。不生妄念不驚神。焉能着物昧天真。勸君急訪靈明竅。養性存心學聖人。

貪求圖



貪求品第二十一

既着萬物。即生貪求。

既是既已。着爲着相。萬是萬般。物爲事物。即是即要。生爲生心。貪是貪妄。求爲苟求。這乃承上而言也。夫人心一着萬物牽引。便隨萬物起貪心。貪心一起。必想去求。此是人慾之心。便屬後天八卦所管。人之貪慾。世人難免。惟有仙根佛種。靈性不昧。以富貴如浮雲。以酒色似鋼刀。將後天返爲先天。此爲上等之人。千萬之中而選一也。其中下之輩。便係後天八卦所拘束。不能從後天而返先天。從洛書以返河圖者也。夫貪心乃北斗第一星。名號貪狼。尤如狼虎一般。修仙之事。若不去此一星。則大道難成也。何以。

後天洛書。二四六八十屬陰。既屬陰。便生貪求。地六屬癸水。爲交感之精。其性[19]愛貪求美色。地二屬丁火。爲思慮之神。其性愛貪求榮貴。地八屬乙木。爲氣質之性。其性愛貪求富豪。地四屬辛金。爲妄情之情[20]。其性愛貪求酒肉。地十屬己土。爲私意之神。其性愛貪高大。此爲後天之五魔。以消身中之五行也。第一貪淫以傷精。則水虧也。第二貪財以傷性。則木虧也。第三貪貴以傷神。則火虧也。第四貪殺以傷情。則金虧也。第五貪勝以傷氣。則土虧也。五行一虧。其身焉可立乎。奉勸天下男女。切莫進此五魔之陣。以後天而返先天。將坎中一陽。返回離卦中爻。變離爲乾。將離中一陰。返回坎卦中爻。變坎爲坤。將震上一陰。返回兑卦下爻。變兑爲坎。將兑下一陽。返回震卦上爻。變震爲離。將乾上中二爻。返回坤卦上中二爻。變坤爲巽。將坤中下二陰。返回乾卦中下二爻。變乾爲艮。將艮上陽下陰。返回巽卦上下二爻。變巽爲兑。將巽上陽下陰。返回艮卦上下二爻。變艮爲震。抽爻換象。後天返爲先天矣。五魔化爲五元。洛書返爲河圖。可爲天下之奇人也。

一九　米晶子注：性，木也。

二〇　按『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君説常清静經》，及巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》，『妄情之情』應爲『無情』。

紫微大帝詩曰。太上老君妙道玄。尊經一部即真傳。三花三寶本元氣。五賊五魔屬後天。換象抽爻息火性。安爐立鼎煉金丹。不貪不妄隨時過。一日清閒一日仙。



煩惱品第二十二

既生貪求。即是煩惱。煩惱妄想。憂苦身心。

既生貪求者。既爲業已。生是動心。貪爲好勝。求是苦心也。即是煩惱者。即爲便是。是乃如此。煩爲心燥。惱是瞋恨也。煩惱妄想者。煩爲事繁。惱是有氣。妄爲癡心。想是思慮也。憂苦身心者。憂爲愁慮。苦是勞勤。身爲形體。心是君主也。因世人不能看破名利恩愛。酒色財氣。所以即被六塵六賊之所染也。貪求榮貴者。不得榮貴。而生煩惱。

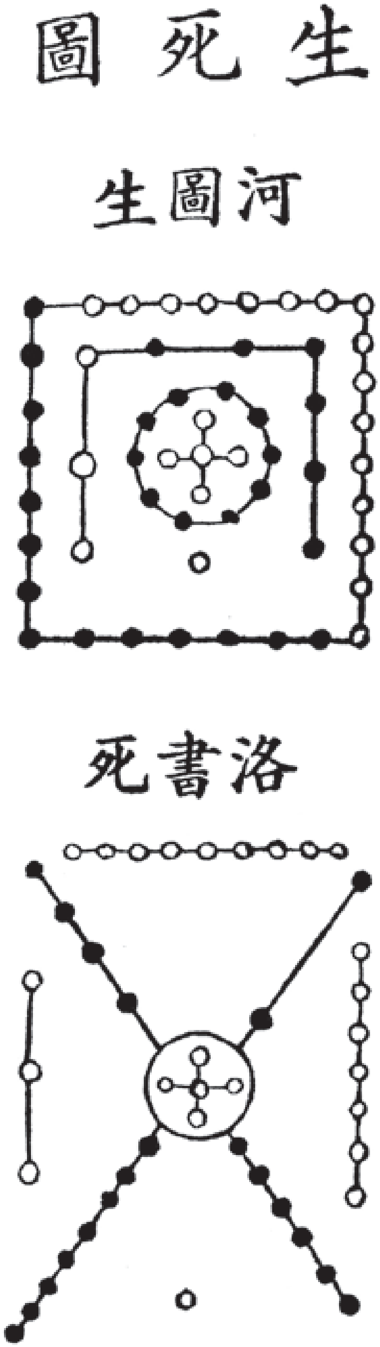
已得榮貴。又從榮貴中生出許多煩惱也。不如看破名字。誠心修道。道成之日。名揚天下。以成萬古之名也。何等貴哉。道德經曰。雖有拱璧[二二]。以先駟馬。不如坐進此道。至聖曰。富與貴。是人之所慾也。不以其道得之。不處也。貪求財利者。不得財利而生煩惱。既得財利。又從財利中生出許多煩惱也。不如看破利字。誠心修道。而身中之精氣神三寶。乃爲法財。能買性命。益壽延年。有何煩惱之生也。至聖曰。富貴於我如浮雲。中庸曰。素貧賤。行乎貧賤。孟子曰。貧賤不能移。又曰。君子憂道不憂貧。貪求美色者。不得美色而生煩惱。已得美色必有恩愛。又從恩愛中生出許多煩惱也。不如看破色字。誠心修道。自己身中現有嬰兒姹女。每日常親常近。坎離相交。金木相并。多少滋味。難以言傳。異日道成。仙女同儔。何等尊重[二三]。至聖曰。血氣未定。戒之在色。呂祖曰。二八佳人體似酥。腰間仗劍斬愚夫。雖然不見人頭落。暗地教君骨髓枯。至於鬬氣。乃是不忍。從是非中生

二二　原文爲『壁』，按『民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版』《太上老君說常清靜經》，及巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》，改爲『璧』。

二三　原文爲『何尊重也』，按巴蜀書社出版《藏外道書》·《太上老君清静經圖注》，改爲『何等尊重』。

出許多煩惱也。不如看破氣字。誠心修道。而養身中三花五氣。浩然剛氣。太和元氣。結成金丹。縱有煩惱。化爲烏有矣。至聖曰。血氣方剛。戒之在鬭。又曰持其志。無暴其氣。至於一切不如意處。便生煩惱。我以一空字。以虛其心。焉受煩惱之災乎。

邱祖詩曰。不貪名利不貪花。每日終朝臥彩霞。肚饑猿猴獻桃菓。口乾龍女送蒙茶。勝如漢口三千户。賽過京都百萬家。奉勸世人早惺悟。掃開煩惱煉黃芽。



生死品第二十三

便遭濁辱。流浪生死。常沉苦海。永失真道。

便者、定要也。遭者、逢臨也。濁者、下賤也。辱者、欺凌也。便遭濁辱者。是言人生在世。貪心不了。名利恩愛之中。便是煩惱憂愁。種種波滔。但失陷處。必受五濁之辱也。流者、沈下也。浪者、事叠也。生者、河圖也。死者、洛書也。流浪生死者。言人在世。迷於酒色財氣。不知生從何來。死從何去。夫生仙生人之道者。河圖而已矣。人生之初。秉父母之元氣。而結一顆明珠。名曰無極。得父母之精血。名曰太極。天一生壬水。在上生左眼瞳人。在下而生膀胱。地二生丁火。在上生右眼角。在下而生心矣。天三生甲木。在上生左眼黑珠。在下而生膽。地四生辛金。在上生右眼白珠。在下而生肺。天五生戊土。在上生左眼眼皮。在下而生胃。地六成癸水。在上生右眼瞳人。在下而生腎。天七成丙火。在上生左眼角。在下而生小腸。地八成乙木。在上生右眼黑珠。在下而生肝。天九成庚金。在上生左眼白珠。在下生大腸。地十成己土[二三]。在上生右眼皮。在下而生脾。由此而五臟。由此而六腑。以至週身三百六十五骨節。八萬四千毫毛孔竅。莫

二三　米晶子注：戊土，陽土。己土，陰土。

不由河圖而生之也。生凡如此。生聖亦如此也。夫人死之由。洛書而已矣。從先天之河圖。變後天之洛書。又從洛書中央土。去剋北方水。則腎虧矣。北方水去剋南方火。則心虧矣。南方火去剋西方金。則肺虧矣。西方金去剋東方木。則肝虧矣。東方木去剋中央土。則脾虧矣。五臟一虧以至六腑百體。俱皆衰矣。不死有何待哉。此死彼生。如波浪一般。故曰流浪生死也。常沉苦海者。言酒色財氣。爲四大苦海。若不掃除。焉能不常沉苦海者哉。永失真道者。因迷昧四字。常存苦海。連人身難保。何能言道。豈不永失真道矣。深可嘆哉。

薛道光[二四]**詩曰。苦勸人修不肯修。常存苦海爲何由。百年富貴電光灼。口氣不來萬事休。**

翠虛真人詩曰。老君清靜度人經。指出身中日月星。生死死生由自主。佛仙仙佛在心靈。

二四　米晶子注：三祖，薛道光。四祖，陳泥丸。

超脫圖



超脫品第二十四

真常之道。悟者自得。得悟道者。常清靜矣。

真者、落實也。常者、中庸也。之者、行持也。道者、無極也[二五]。真常之道者。所言先天大道。乃爲真道。三千六百旁門。乃爲假道。真道者、正心修身之道也。假道者、索隱行怪之道也。悟者、窮究也。自者、定然也。得者、領受也。悟者、自得者。人能窮究性命。訪拜至人。指示修性修命之大道。返本還原之秘訣。方是悟者自得也。豈是教你在紙上窮悟。可能得乎。古云達摩西來一字無。全憑心意用功夫。若要書中尋佛法。

二五　米晶子注：道者，無極也。空者真空，色者妙有。

筆尖蘸乾洞庭湖。悟真篇曰。任君聰慧過顏閔。不遇明師莫强猜。正此之謂也。得悟道者。是善人積功累行。感動天心。明師相遇。低心求領大道。時常叅悟其理。晝夜苦修其道。不可半途而廢。只待功果圓成。丹書下詔。脱殼飛昇。方爲了當。這纔是。訪道求道。得道悟道。修道守道。成道了道。有此八箇道字，大丈夫之能事畢矣。常清静者。常爲永遠。清爲圓明。静爲安寧也。言道成德備。功圓果滿。陽神冲舉。三官保奏。仙童接引。過九霄。上玉京。見諸佛。謁上帝。會衆祖。朝金母。照功之大小。以定品級。依果之圓缺。而封天爵。仙衣綬帶以榮其身。玉果瓊漿以滋其腹。三乘九品。依功而定。五仙八部。看果而贈。或居中天。或居西天。皆是極樂。或居三十六天。或居七十二地。盡爲福地。或居三清。或居十地。概屬清静。高高低低。大大小小。依功定奪。毫無私屈。隨緣隨分。享受清静之福。豈不美哉。豈不樂哉。不枉爲人出世一塲。這纔是大丈夫人上之人也。至此則常清静矣。

元始天尊讃曰。清静妙經是上乘。修行男女可爲憑。金科玉律相同契。九六乾坤冉冉昇。

靈寶天尊讚曰。急尋清靜悟真空。收性回西莫轉東。採鰥錬丹功果就。超凡脫殼謁蒼穹。

蓋天古佛讚曰。清靜寶經至妙玄。多蒙天一註成全。有人得會經中理。三教凡夫登寶蓮。

太上清淨經註解終

太上老君說了心經[一]

若夫修道，先觀其心。心爲神主，動靜從心。心動無靜，不動了真。心爲禍本，心爲道宗。不動不靜，無想無存。無心無動，有動從心。了心真性，了性真心。心無所住，住無所心。了無執住，無執轉真。空無空處，空處了真。

老君曰：吾從無量劫來觀心得道，乃至虛無，有何所得。爲諸衆生，强名得道。

老君曰：吾觀衆生不了其心，從勞浩劫，虛役其神，於心無了，永劫沉淪。依吾聖教，逍遥抱真。

太上老君說了心經終

一　撰人不詳，約出於唐代。校對版本：《中華道藏·第六冊·太上老君說了心經》

太上赤文洞古經註

太上赤文洞古經註序

夫至道無言，真空非色，思之者莫能知，觀之者不可見，賾之不可得，行之不能到，陶鑄天地，宰循造化，寂而不動，應滿六虛，令萬物蒙休，羣生復命。巍巍乎至矣哉！非聖人孰能通之者耶？況元始大聖，慈心廣布，慧照十方，觀見衆生忘歸失本，宛轉世間，輪迴不息，長劫受苦，不能自明。遂感法雨敷滋，宣揚妙道，引接有情，出生死海，游清虛之境，恬惔之鄉，超乎塵垢，步乎寥廓，逍遥獨化，微妙玄通，無爲自然，返於純素冥極混茫者也。

一　金末元初全真道士龜山長筌子注。校對版本：《中華道藏·第六冊·太上赤文洞古經註》

太上赤文洞古經註

操真章上

有動之動，出於不動。

有動者，應機也。無動者，抱元守一也，歸根復命也。故經云：清者濁之源，靜者動之基。

唯精唯一，允執厥中。夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰静，至静不動也。

有爲之爲，出於無爲。無爲則神歸。

神本湛寂，感而遂通，不得已而後起，隨機接物，妙用無窮。去智與仁，故循天之理。

淡然無極，而衆妙歸之。

神歸則萬物云寂。

專氣致柔，能如嬰兒。抱守沖和，真氣氤氳，萬物皆長生也。知和曰常，心使氣曰强。

强者堅强壯老，死之徒也。

不動則氣泯，氣泯則萬物無生。

氣絕神逝，九竅百骸，變滅塵土也，更何疑之。

神神相守，物物相資，厥本其根。

以虛養虛，以實養實。何以故？忘形養氣，忘氣養神，忘神養虛，虛室生白，吉祥止止，神氣沖寧，靈根深固，故成長生久視之道也。

默而悟之，我自識之。

至道之玄。不假外物而得。默默昏昏，無應無問，靈光獨耀，迥脱根塵。體露真常，不隨萬法，可以全生，可以復本也。

入乎無間，

無間者，無有也。是不言之教，無爲之益。圓通無礙，應化無窮，遍滿十方，時時運動，無有間斷也。

不死不生，

玄珠燦燦，今古常明。萬物混成，法法平等。非静非染，無始無終，故曰不死不生者也。

與天地爲一。

天道清虛，所以能長。地道寧静，所以能久。人能悟理，達其妙道，致虛極，守静篤，

恬惔寂然，不爲萬物之所累，清淨無爲，可以與天地爲一者哉。

入聖章中

忘於目，則光溢無極。

五色亂明，令人目盲。色者，彰也。色色者，未嘗顯。何謂也？法眼圓通，明照十方三界，觀物無物，觀空不空，視之冥冥。杳冥之中，獨見曉焉。靈光充塞，無窮極也。

泯於耳，則心識常淵。

五音亂聰，令人耳聾。心是清淵，本自湛澄。是非言語，美惡聲音，皆爲妄情僞物。飄風驟雨，動擾心源，神室不靈。若能泯絕是非，不受於中，無聲之中，獨聞和焉，然後可以聽玄歌白雪，不鼓陽春，仙音之曲調也。

兩機俱忘，絕衆妙之門。

聲色雙泯，動靜兩忘。聽之不以氣，視之不以神，是謂太玄之妙，虛曠之靈。深之又深，而能物焉。神之又神，而能精焉。無爲之爲，不知而知。靈明曠徹，廣大虛寂，妙無邊際也。

純純全全，合乎大方。

物我俱忘，有無不立。昏昏默默，杳杳冥冥。無邊無際，非外非中。其游無端，其出無方，化育萬物，不可爲象，混成無方隅也。

溟溟涬涬，合乎無倫。

至道重玄，浩浩蕩蕩，理無等倫；藏之則爲元精，用之則爲萬靈，含之則爲太一，放之則爲太清；無相無名，至尊至貴，迷之則凡夫，悟之則聖賢。

天地之大，我之所維。

古今聖賢、得道真人，提挈天地，把握陰陽，雕琢萬物，澤及羣品，不爲難乎？

萬物之衆，我之所持。

宇宙在乎其手，萬化生乎一身。

曷有窮終，以語其弊哉。

聖人直說妙道，普現普光，惟恐後世凡夫不信疑惑，大發謙辭，若言不盡其理，以語爲弊，惡舛訛之說也。

住世章下

養其無象，象故常存。

真氣熏蒸，而時無寒暑。純陽流注，而民無死生。故曰心燈朗照，法身長存。慧燭不明，道容豈載？

守其無體，體故全真。

天地相合，以降甘露，滋榮羣品。人能安靜和暢，寶瓶堅固，玉漿香美，真水下降，滋養妙體，返老如童孩，不亦善乎。

全真相濟，可以長久。

水火既濟，魂魄相守，鉛汞相凝，鍊成大藥，結就金丹，燦爛光輝，無幽不燭，純白入素，無爲復朴，長生不滅，沒身不殆，號曰真人者也。

天得其真，故長。

天得純粹不雜之道，則故能覆蓋羣有，包羅萬象，歷劫清凝，鑒物無私，不言而應，妙用無窮，高虛長遠，大無不包，久而不易也。

地得其真，故久。

地得其真，則育養萬物，深根固蔕，安靜無爲，乃長久也。

人得其真，故壽。

死而不亡者壽。但世人悟其真趣，得其妙元，與道合真，沒身不殆，同其聖賢，令後代祭祀不輟，何以加此焉。

世人所以不能長久者，爲喪其無象，散其無體，

五味濁口，五臭熏鼻，聲色閼塞耳目。取捨滑心，使性飛揚，迷情徇物，念念相嬰，使心智游乎外，鬼神入其内，是非寵辱亂擾靈源，與物相刃相靡，終身疲役。區區業網而不知其歸，可不悲乎？身適美厚，錦繡羅縠，意迷邪見，顛倒妄想，至於窮年，不知天命。喪己於物，失性於俗者，謂之倒置之民，可不哀哉！

不能使百骸九竅與真體并存，故死矣。

内本清静光明，虚白晃耀，奈何愛染萬緣，不生返照，飄飄一性之散，沉沉萬劫之迷，難省真身，還於别蜕，迷其真源，壞其内也。萬劫輪迴，生死海中，不能超度，甚可哀憐矣。

太上赤文洞古經註終

太上大通經註[一]

太上謂無上可上，大通謂無所不通，經謂登真之徑路，衆所通行之道也。首章云無行無體，謂真空妙理最上一乘之妙也，即太上之義。次章云如空無相，謂四通八達無所窒礙，即大通之義也。下章云無相無爲，廣無邊際，謂大道至廣至大，至妙無窮，日用之間，頭頭顯露，此所以爲經也。

真空章

先天而生，顯諸仁。**生而無形，**藏諸用。**後天而存，**所存者神。**存而無體，**

一　元人李道純註。校對版本：《中華道藏·第六冊·太上大通經註》

神無方易無體。**然而無體，**陰陽不測。**未嘗存也。**運化不息。**故曰不可思議。**妙用無窮。

右真空一章。原道之始也。子曰：天何言哉，四時行焉，百物生焉。即先天而生，生而無形之義也。《中庸》曰：視之而不見，聽之而不聞，體物而不可違，即後天而存，存而無體之義也。然而無體，故運化生成而無窮也，非窮理盡性者，其孰能與於此，故授之以玄理章。

玄理章

靜爲之性，寂然不動。**心在其中矣。**感而遂通。**動爲之心，**見物便見心。**性在其中矣。**無物心不見。**心生性滅，**心生種種法生。**心滅性現，**心滅種種法滅。**如空無相，**大象無形。**湛然圓滿。**通上徹下。

右玄理章。原性之元也。《中庸》曰：喜怒哀樂未發之謂中，中也者，天下之大本也。即靜爲之性之義。又曰：發而皆中節，謂之和，和也者，天下之達道也。即動爲之心之義。

性本靜，非心則不見。心本靜，非動即不見。因物見心，潛心見性。性寂知天，是謂通也。苟或心隨物轉，性所以忘也。故曰心生性滅。設若潛心入寂，性所以現也。故曰心滅性現。蓋性如虛空，動與不動，常寂；見與不見，常明。一切物來相撓，如片雲點虛空相似，太清還受點也。無既不受點，則湛然圓滿。我之性天亦復如是。

玄妙章——

大道無相，故內其攝於有。養其無象，象故常存。**真性無爲，故外不生其心。**無所用心，心故常存。**如如自然，廣無邊際。**無爲則無不通。**對境忘境，不沉於六賊之魔。**我不逐境，境無干我。**居塵出塵，不落萬緣之化。**我不立塵，塵不染我。**致靜不動，**大定。**致和不遷，**大慧。**慧照十方，**大明。**虛變無爲。**大通。

右玄妙章。明道之理也，故次之以玄理章，《洞古經》云：養其無象，象故常存，即大道無相之義。孟子曰：無爲其無所不爲。即真性無爲之義。內無相則如如自然，外無爲則廣大悉備。祖師謂丹田有寶休問道，對境無心莫問禪。即此義也。對境忘境，何魔之

有？居塵出塵，何緣之有？緣息則性靜，魔息則心和。致靜則不動，致和則不遷。二理兼持，則圓明普照，神變無方也。

頌曰：有法悟無法，心隨法生，法隨心滅。**無脩解有脩。**性本無脩，脩即非性。**包含萬象體，**心空性寂，無所不容。**不挂一絲頭。**纔染一塵，即成滲漏。

右頌。言其體用也。體之則無，用之則有。所以自有法頓悟無法。因無脩勘破有脩。至於有無不立，心法雙忘，體同太虛，包羅無外，大道之理，至是而盡矣。

太上大通經註終

老子說五厨經註[一]

老子說五厨經序

臣聞《易》曰：精義入神，以致用也；利用安身，以崇德也。富哉言乎！富哉言乎！是知義必精然後可以入神致用，用必利然後可以安身崇德。義不精而云致用，用不利而云安身，身不安而云知道者，未之有也。然則，冲用者，生化之主也。精氣爲物，謂之委和，漠然無間，有與立矣。則天地大德不曰生乎？全其形生者，在乎少思寡欲，抱樸尋和，游心於淡，合氣於漠，且清明在躬，志氣如神，嗜欲將至，有開必先。故聖人垂教以檢之，廣業以持之，專氣致柔以道其和，嚮晦

一 唐・尹愔悉註。校對版本：《中華道藏・第二十三冊・老子說五廚經註》

宴息以窒其欲。洗心藏密，窮神知化？然後安身而國家可保，德用而百姓不知，是以自天祐之，吉無不利矣。伏讀此經五章，盡修身衛生之要，全和含一，精義可以入神，坐忘遺照，安身可以崇德，研味滋久，輒爲訓註。臣草茅微賤，恩霈特深，天光不違，自忘鄙陋，伏上慚懼，徊徨如失臣愭，頓首，頓首，謹言。

老子說五厨經註

夫存一炁和泰和，則五藏充滿，五神靜正。五藏充則滋味足，五神靜則嗜欲除。此經是五藏之所取給，如求食於廚，故云五廚爾。

一氣和泰和，

一氣者，妙本冲用，所謂元氣，冲用在天爲陽和，在地爲陰和，交合爲泰和也。則人之受生，皆資一氣之和，以爲泰和，然後形質具而五常用矣。故老子曰：萬物負陰而抱陽，冲氣以爲和也。則守本者當外絕二受，以全生分，内存一炁，以和泰和，和一而性命全矣。

故老子曰：專炁致柔，能嬰兒乎。

得一道皆泰。

得一者，言内存一炁以養精神，外全形生以爲居泰，則一炁冲用，與身中泰和和也，故云得一。如此則修生養神之道，皆合於泰和矣。故老子曰：萬物得一以生。

和乃無一和，

言人初禀一炁，以和泰和，若存和得一，則和理皆泰，至和既暢，非但無一，亦復無和，不可致詰，如土委地。故老子曰：吾不知其名。

玄理同玄際。

玄，妙也。理，性也。此言一炁存乎玄際和，理出其性，性修反德，而妙暢於和，妙性既和，則與玄同際。故老子曰：同謂之玄也。

不以意思意，

意者，想愛也。言存一炁以和泰和者，愼勿存想受，以緣境識，當凝神湛照，令杳然空然，使和暢於起念之前，慧發於忘知之後，瞻彼闋者，則吉祥止矣。若以意思意，意想受塵，

坐令焚和，焉得生白？故老子曰：塞其兑，閉其門，終身不勤。

亦不求無思。

但不緣想受，則自發照慧，照慧之發，亦不自知，若知求無思，即涉想受，與彼思意等無差别。故老子曰：無名之朴，亦將不欲。

意而無有思，

内存一炁，但令其虛，虛即降和，和理自暢，雖則不緣想受納和，强假意名，既非境識所存，是以於思無有。老子曰：用其光，復歸其明。

是法如是持。

如是内存泰和，泰和之法和暢，則是法皆遣，遣法無住，復何所持，以不持爲持，故云是法如是持也。

莫將心緣心，

心者，發慧之質，想受之器也。正受則發慧，邪受則生想。言人若能氣和於中，心正於内，内照清凈，則正慧湛然，鑒明而塵垢不上，淵渟而萬象俱見。見象無主，謂之常心，

若以心得心，緣心受染，外存諸法，內無慧照，常心既喪，則和理亦虧矣。故莊子曰：得其心，以其心，得其常心，物何爲最之哉。

還莫住絕緣。

夫以心緣心，則受諸受，若正受生慧，自得常心，慧心既常，則於正無受，何等爲緣，既無緣心，亦無緣絕，湛然常寂，何所住乎？老子曰：損之又損之，以至於無爲也。

心在莫存心，

慧照湛常，則云心存，於絕無往，故曰莫存心照，既不將而隨迎心緣，則無絕而無住矣。

真則守真淵。

真者，謂常心慧照，清净不雜也。若湛彼慧源，寂無所染，既無知法，亦無緣心，則泰和含真，本不相離，故云守爾。

修理志離志，

理者性也，志者心有所注也。若絕外境受此心也，則性受也。言修性者心有所注，但得遍照，若外塵已絕，境識無注，離形去智，同與大通，性修反初，圓照無滯，內外俱净，

玄之又玄，則離於注想矣。

積修不符離。

上令修性離志，則內外俱寂，無起住心，亦無空心，坐忘行忘，次來次滅，若積聚修習，不能忘泯，起修一念，髮引千鈞，內照既搖，外塵咸起，則與彼離志不相符合也。

志而不修志，

若心無所注，則何由漸悟，必因所注而得定心，故云志也。不修志者，明離志而不積修，忘修而後性定，則寂然圓照。

己業無己知。

因心注而慧業清淨，故云己業。內忘諸己，外忘諸物，於慧照心無毫芒用，則於己業自忘知，故云無己知。

諸食氣結氣，

夫一炁凝結，以和泰和，和一皆泰，則慧照常湛。今口納滋味，以充五藏，身聚泡沫，載其形，生受體於地，凝濕於水，稟熱於火，恃息於風，四緣結漏，皆非妙質，故緇涅

一氣，昏汩泰和，令生想受則動之弊穢矣。

非諸久定結。

言人當令泰和，含一無所想受，守真常湛，則與泰和合體。今以諸食結氣，故非久定結也。

氣歸諸本氣，

四緣受識，六染生弊，地水火風，散而歸本，根識既染，則從所受業矣。

隨取當隨洩。

取者，受納也。洩者，發用也。夫想有二受，業有二應，隨所受納，發用其徵。若泰和和一，則一炁全和，致彼虛極，謂之復命，復命得常，謂名正受，正受淨業，能生慧照，慧照湛常，一無所有，則入無間矣。一者，則食炁歸諸四緣，業成則淪於六趣矣。

老子說五廚經註終

太上老君著日用妙經[一]

夫日用者，飲食則定，禁口獨坐，莫起一念。萬事俱忘，存神定意，口脣相粘，牙齒相著，眼不視物，耳不聽聲，一心內守，調息綿綿。微微輕出，似有如無，莫教間斷，自然心火下降，腎水上昇，口內泔津自生，靈真付體，自知長生之路。十二時辰，常要清淨。靈臺無物謂之清，一念不起謂之靜。身是炁之宅，心是神之舍。意行則神行，神行則炁散。意住則神住，神住則氣聚。五行真氣，結成刀圭，自然身中有聲，行處坐臥，常覺身體如風之行，腹內如雷之鳴，沖和氣透，醍醐灌頂，自飲刀圭耳。聽仙音無弦之曲，不撫而自聲，不鼓而自鳴，

一 作者不詳。校對版本：《中華道藏·第十九冊·太上老君內日用妙經》

神炁相結，如男子懷孕，得觀內境，神自言語。是虛無之宅，與聖同居，煉就九轉，結成大丹，神自出入，與天地齊年，日月同明，脱離生滅矣。每日休教有損失，十二時辰，常要清靜。炁是神之母，神是炁之子，如鷄抱卵，切要存神養炁，能無離乎？妙哉，玄之又玄。人身中有七寶事，爲富國安民，精炁盈滿也。精是水銀，血是黃金，炁是美玉，髓是水晶，腦是靈砂，腎是琿璪，心是珊瑚，此是七寶，歸身不散，煉就大藥，萬神盡登仙矣！

太上老君內日用妙經終

太上九要心印妙經[一]

序

夫九要者，要乃機要也，以應大丹九轉，故以道分九篇，法顯九門，九門合理，篇篇歸根。雖不得親師之旨，得此要如親師訓，得者坐獲天機，悟之者爲之心印。若依行者，在欲無欲，居塵出塵，分立九門，還元二儀。學道君子，細意詳之。先序顯用，次要應體，以體兼用，性命備矣。

太上九要心印妙經

真一祕要

夫真一者，純而無雜謂之真，浩劫長存謂之一。太上曰：天得一，以

[一] 仙人張果老述。校對版本：《中華道藏・第十九冊・太上九要心印妙經》

日月星辰長清；地得一，以珠玉珍長寧；人得一，以神氣精長存。一者，本也，本乃道之體，道本無體，强名曰體。有體之體，乃非真體，無體之體，日用不虧矣！真體者，真一是也，真乃人之神，一者人之氣。長以神抱於氣，氣抱於神，神氣相抱，固於氣海，造化神龜，乃人之命也。神乃人之性也，性者南方赤蛇，命乃北方黑龜，其龜蛇相纏，二氣相吞，貫通一氣，流行上下，無所不通，真抱元守一之道也。

橐籥祕要

夫橐籥者，人之心腎也，心者神之宅，腎者氣之府，既以心爲宅，以腎爲府，豈有造化也？今時學道之人，使心運氣，亂作萬端，屈體勞形，非自然之道。聖人曰：凡是有相，皆是虚妄，無相之相，謂之真相。真相者，神氣也。神者，心之主；氣者，腎之本，是以聖人返本還元。還元者，補髓也，補髓之機，還元之道，命乃了矣！聖人立法，曰假一神調氣，藉一氣定神，神氣調定，方曉動静。動者氣也，氣者命也；

靜者性也，性乃神也，神不離氣，氣不離神，神氣不相離，道本自然也。

三五一樞要

夫三五一者，三陽、五行、一氣也。三陽者，三火也，以精爲民火，以氣爲臣火，以心爲君火。君火乃性火也，惟性火不可發，亦不可用。性火若發，如火生於木，禍發必剋。不用者，必不可動也，蓋是神定則氣定，氣定則精定。三火既定，併會丹田，聚燒金鼎，返煉五行，運於一氣。綿綿一晝一夜，一萬三千五百息，按周天三百八十四爻，氣血行八百一十丈，脉行五十度，此乃周天，方爲火候。其火有二等，分於內外，外火者有形有象，可煉五金，造化五穀，滋養於人，此火非能煉丹。煉丹之火，其在內火。內火者有名無形，藉五穀之氣，即生真火，真火既生，返鍊其精，精返爲神，鍊神合道，道本自然，不離一氣。一氣既調，百皆順也。

三一機要

夫三一者，三成一氣也，上有神仙抱一，鍊神之道；中有富國安民，鍊氣之法；下有强兵戰勝，鍊精之術。道分三成，不離一氣。一氣者，天也，乃天清虛自然之氣，氣中有神，神抱於氣，因氣抱於一神，鍊神合道，道本自然，此乃神仙抱一鍊神合道也。中有富國安民鍊氣之法，中者人也，以身爲國，以氣爲民，以心爲帝王，帝王愛民而民自安。帝正者，心不亂也，心不亂則氣自調，氣調則神和，神和則精悅，精悅則身安泰，此乃富國安民鍊氣之法也。以重濁而爲地，其濁中有清，在欲無欲，謂之强兵。心不動而氣不交者，爲之戰勝。此乃强兵戰勝鍊精之術也。及人之未生時，在乎混沌之間，亦神不曾離氣，氣不曾離神，神氣不相離，精神內守，精散爲氣，氣結成神，鍊神合道，道法自然。因道建法，法就顯術，分而爲三，混而爲一。一者精也，精乃元氣之母，人之本也。在身爲氣，在骨爲髓，在意爲神，皆精之化也。

葢萬物皆禀一氣，因氣造化五行，五行即五穀也，五穀之氣，入於臟腑，精住丹田，精者人之本也。是以聖人返其本而還其元，此乃返本還元之道也。

日魂月魄真要

夫日魂月魄者，陰陽也，陰陽者，日月也。日屬陽魂，月屬陰魄，日中有鷄，西方金肺之象屬陰，乃日魂藏月魄，魄滿於魂，故日以清。月中有兔，東方木肝之象，肝屬陽魂，乃月魄藏日魂，魂滿於魄，故月以明。魂魄者，乃人之鉛汞也。鉛汞有數，鉛八兩，汞八兩，乃一斤之數，十六兩也。凡二十四銖爲一兩，按周天三百八十四爻，日月運度之數，天地造化之機，聖人立數，後人依數而行之，其大小之法，因數有定，大者一年之法，小者一時之用，一時正則可奪一年之造化也。密語曰：凡每月初一日爲首正，子時坎卦，進汞一兩，離卦進鉛一十五兩；次日坎卦進汞二兩，離卦進鉛十四兩；至十五日，抽添數

足。周而復始，其大小月，細審詳之。鉛汞者，人之魂魄也，魂魄者，人之神氣也。神者好靜，氣者好動，動靜常在坎離之間。動靜之訣，上十五日魂守魄，下十五日魄守魂，一時之用，可奪一年之造化也。

日用五行的要

夫日用者，長以神守於氣，氣守於神，神氣相守。聚而不散者，真日用也。神能通應，意到心成，若神定，則行住坐卧晝夜皆同。神伏氣在，氣在神，神在形，三物皆在，復歸真一，萬事畢矣！又五行者，心主神，肝主魂，脾主意，腎主志，肺主魄，五行聚而化爲丹也。聚之訣曰：專於一神，志於一意，守於魂魄，會於丹田。魂魄者，人之神氣也，氣乃命也，神乃性也，一性固命，一命固性，性命相固，共成一氣。一氣者，火也，其火無形，發之有焰，此火只可煉丹，不可別用，若能內守真火，聚而不散者，真抱元守一之道也。

七返還丹簡要

夫七返還丹者，天有七星，運斡四時；人有七竅，唯聽視聞。眼觀色者，視之不見；耳聽聲者，聽之不聞；鼻不聞香，口受無味，真七返也。一心歸命謂之還，五氣不散謂之丹。丹有二種，於内外二丹者，超神接氣，超神在世。出世接氣者，火候無差。其内丹不得外丹則不成，其外丹不得内丹則無主。内丹者，真一之氣；外丹者，五穀之氣。以氣接氣，以精補髓，補接之功，不離陰陽二氣。陽氣昇即爲返，陰氣降即爲還，晝夜還返，至於丹田。陽不得陰而不昇，陰不得陽而不降，自然還丹之要，祕於此矣！二

八卦朝元統要

夫八卦者，以心腎爲坎離，坎離爲陰陽。陽即魂也，陰即魄也。魂者

二　米晶子注：形乃鉛也，鉛乃精之成形。

以應東方甲乙木，謂之青龍；魄者以應西方庚辛金，謂之白虎。因坎離生龍虎，乃成四象，內分八卦。八卦者，東方甲乙木，甲主乾，乙主坤；木生丙丁，丙主艮，丁主兌，艮兌合序爲一氣者，火也。火生戊己，戊己無形，分於四季，內生庚辛，庚主震，辛主巽，合而爲一者，金也。金生壬癸，壬主離，癸主坎，坎離者，陰陽也。陰陽者，內外也，內氣爲陽，外氣爲陰，陰陽昇降，動靜自然，非神所作，乃天地沖和之氣，常在坎離之間，綿綿晝夜，息息無窮，此乃八卦還元歸根之道也。

九還一氣總要[三]

夫九者，陽也，還者，聚也，一者氣也。九陽既聚，性命相守，上則清虛，日月行度之數；下則地氣，生產萬物之源；中則人身，陰陽造化之理。內各有三，故曰三共之道，是名九要也。內各有三者，天有三，

三　米晶子注：此篇討心細審

日月星，以應人之眼耳鼻；地有三，高下平，以應人之魂魄精。魂魄精者，以應人之精氣神。神乃精之主，精乃神之本，名則分三，不離一氣。一氣者，胎息也[四]，胎乃藏神之府，息乃胎化，元因息生，息因神爲胎，胎不得息則不成，息不得神則無主。神乃息之主，息乃胎之根，胎乃息之宅，神乃胎之真。在腹之中謂之胎，一呼一吸謂之息，故名胎息也。胎者形中氣之子，息者形中神之母，形中子母，何不存守，存守者，存其神而守其氣。其氣在坎離夾中，圓如杵臼，又象伏黿，故曰神黿。黿含黑水，水中有氣，名曰神氣，又曰碧眼胡僧，號曰真人，人之根蒂，俱在此焉。十二時中，天門借氣，緊閉地關，神室内守，自有神黿呼吸，有名無形，有動無名，非所用升降，自然藉外氣則升，隨氣升而腹自鼓，外氣升而内氣降，内氣降而腹自納，鼓納之機，

四　米晶子注：胎息乃鉛之體

天地之橐籥也。橐籥者，天地動作之氣，真陰真陽也。內氣爲陽，外氣爲陰，內氣不出，外氣不入，神符氣定。外氣符即爲至寶，內氣符即成金丹。金丹者，純陽之物，浩然之真，直指天機，歸根之道盡矣！若遇至人，與天盟誓，先付口訣，次傳心印，慎勿輕泄天寶。戒之！戒之！

太上九要心印妙經終

胎息經註

胎從伏氣中結，

臍下三寸爲氣海，亦爲下丹田，亦爲玄牝。世人多以口鼻爲玄牝，非也。口鼻即玄牝出入之門。蓋玄者水也，牝者母也。世人以陰陽炁相感，結於水母，三月胎結，十月形體具而能生人。修道者，常伏其炁於臍下，守其神於身内，神炁相合而生玄胎，玄胎既結，乃自生身，即爲内丹，不死之道也。

氣從有胎中息。

神爲炁子，炁爲神母，神炁相逐，如形與影。胎母既結，即神子自息，即元炁不散。

氣入身來爲之生，神去離形爲之死。

《西昇經》云：身者神之舍，神者身之主也。主人安静，神即居之；主人躁動，神即去之。

一　幻真先生註。校對版本：《中華道藏·第二十三冊·胎息經註》

神去炁散，安可得生？是以人耳目手足，皆不能自運，必假神以禦之。學道養生之人，常拘其神以爲神主，主既不去，宅豈崩壞也。

知神氣可以長生，固守虛無以養神氣。

道經云：我命在我，不在天地。天地所患人不能知至道，能知而不能行。知者但能虛心絕慮，保炁養精，不爲外境愛欲所牽，恬淡以養神炁，即長生之道畢矣。

神行即炁行，神住即炁住。

所謂意是炁馬，行止相隨，欲使元炁不離玄牝，即先拘守至神，神不離身，炁亦不散，自然内實，不飢不渴也。

若欲長生，神氣相注。

相注者，即是神炁不相離。《玄綱》云：錙銖陽[二]炁不滅不爲鬼，纖毫陰炁不盡不爲仙。元炁即陽炁也，食炁即陰炁也，常減食節欲，使元炁内運，元炁若壯，即陰炁自消，陽

二　按巴蜀書社出版《藏外道書　第七冊　胎息經注》改『陰』為『陽』。

壯陰衰則百病不作，神安體悅，可覬長生矣。

心不動念，無來無去，不出不入，自然常住。

神之與炁，在母腹中本是一體之物，及生下爲外境愛欲所牽，未嘗一息暫歸於本。人知此道，常泯絕情念，勿使神之出入去來，能不忘，久而習之，神自住矣。

勤而行之，是真道路。

修真之道，備盡於斯。然聖人之言，不可妄乎！凡胎息用功後，關節開通，毛髮疏暢，即但鼻中微微引炁，相從四支百毛孔中出，往而不返也。後炁續到，但引之而不吐也。切切於徐徐，雖云引而不吐，所引亦不入於喉中，微微而散。如此，内炁亦下流散矣。

胎息經註終

崔公入藥鏡注解[一]

序

神仙之學，豈凡夫俗子之可聞。必是大根大器決烈丈夫、明眼高士之可爲也。且夫學者爲者何事？外則窮天地施化之理，內則明身心運用之機。然雖如是，宣尼若不遇老子親授，故無猶龍之嘆。瞿曇不是古聖再來，豈有出世之見。所以學者如牛毛，達者如麟角。此無他，在乎得傳與不得傳耳。神仙之學，不過修鍊性命，返本還源而已。採先天一炁以爲丹母，運後天之氣以行火候。以火煉性，則金神不壞。以火鍊其命，則道氣長存。換盡陰濁之軀，變成純陽之體，神化自在，

一 元·混然子王玠注。校對版本：《中華道藏·第二十七冊·崔公入藥鏡注解》

應運無窮，豈不奇哉。余見其今之學仙者紛紛之多，及至與其辯論真訣，人各偏執一見，不合先師正傳之道。觀其《崔公入藥鏡》八十二句，言簡而意盡，貫穿諸丹經之骨髓。予不愧管窺之見，遂將吾師所授口訣，每四句下添一註脚，剖露玄機，作人天眼目。後之來者與我同志，試留心玩誦，斷斷有神告心悟之效無疑也。或者有云吾註不足爲信，而崔公之言當以爲實，依而行之，信而從之，運鍊一身，則學仙之能事畢矣。脩江混然子序。

崔公入藥鏡注解

先天炁，後天炁。得之者，常似醉。

先天炁者，乃元始祖炁也。此祖炁在人身天地之正中，生門密户懸中高處，天心是也。神仙修鍊，止是採取先天一炁，以爲丹母。後天炁者，乃一呼一吸，一往一來，内運之炁也。呼則接天根，吸則接地根；呼則龍吟而雲起，吸則虎嘯而風生。綿綿若存，歸於

祖炁。內外混合，結成還丹。自覺丹田火熾，暢於四肢。如痴如醉，美在其中。此所以得之者常似醉也。《道德經》云：谷神不死[二]，是謂玄牝。玄牝之門，是爲天地根。綿綿若存，用之不勤。《易・坤卦》云：黄中通理，正位居體，美在其中，而暢於四肢，如斯之謂也。

日有合，月有合。窮戊己，定庚甲。

日月者，太陽太陰也。天有黄道爲度，三百六十五度四之一。其運轉也，一日一周。日月行乎其間，往來上下，迭爲出入，此所以分晝夜而定寒暑也。當冬至之節，一陽生於復，日從北行，月從南行。夏至之節，一陰生於姤，日從南行，月從北行。日行一日一度，至三十度，與太陰會。月本無光，借日之光。月行一日十二度有零，至三十日，行滿周天之度。每月晦朔，與太陽同會所行之宫，日月合璧，晦象年終，朔象歲首，會而復離，離而復還。月因日以受其明，陽魂漸長，陰魄漸消。至初八日夜，陽半陰半爲上

二 米晶子注：谷神不死天心是也。

弦；至十五日夜，與日對照爲望，故圓。圓滿之極，其理當虧，於是陰魄漸長，陽魂漸消。至二十三日夜，陰半陽半爲下弦；至三十日夜爲晦，又復與日同會。此天之日有合，月有合也。反求於身，吾身一天地，亦有日月也。以身爲乾坤，以坎離爲藥物，以日月運行爲火候。百姓日用而不知，豈知行之。吾身與天地日月無不同也。當作丹之時，運日月之雙輪，簇陰陽於一息，日月歸鼎，陰陽構精，烹之煉之，結成聖胎。此吾身日有合、月有合也。了真子曰：玉池常滴陰陽髓，金鼎時烹日月精是也。既明日月之合，必窮戊己之源。戊己者，中央土也。水火分爲上下，木金列於東西。木爲火母，金爲水母，若非戊己之功，水火不能既濟，金木不得歸併。當施化之際，是用戊土從坎起，進之以陽火，己土從離降，退之以陰符，攝回四象而同爐，此戊己之功也。既窮戊己之理，必定庚甲之方。庚西方，金也、情也、虎也。甲東方，木也、性也、龍也。言人之情，好於馳騁，見物即逐，如虎昌狂，故每傷於性。性被情迷，不能爲主，如龍奔騰，故二物間隔。大修行人，制之不難。遇此時正好下手施功，須仗黃婆媒合，旋斗柄之機，一息之間即得金木歸併，情性合一，龍虎入鼎，心虛湛然，此所以定庚甲也。丹家妙用，宜乎生甲生庚，

學者不可不知也。

上鵲橋，下鵲橋。天應星，地應潮。

人身夾脊，比天之銀河也。銀河阻隔，而有靈鵲作橋，故有鵲橋之説。人之舌亦言鵲橋也。凡作丹之時，以黃婆引嬰兒上昇泥丸，與姹女交會，名曰上鵲橋也。黃婆復徘徊，笑引嬰兒姹女同歸洞房，必從泥丸而降，故曰下鵲橋也。黃婆、嬰兒、姹女非真有也，乃譬喻之説，無出乎身心意三者而已。默運之功，内仗天罡斡運，外用斗柄推遷。起火之時，覺真氣騰騰上昇，如潮水之初起，直上逆流，故曰天應星、地應潮也。丹經云：工夫容易藥非遙，撥動天輪地應潮是也。

起巽風，運坤火。入黃房，成至寶。

作丹之法，乃錬吾身中真鈆真汞也。鈆遇癸生之時，便當鼓動巽風，搧開爐鞴，運動坤宫之火，沉潛於下，抽出坎中之陽，去補離中之陰，成乾之象，復歸坤位而止，片餉之間，發火煅錬，鈆清汞潔，結成空炁金胎，歷劫不壞，此所以入黃房成至寶也。

《度人經》云：中理五炁，混合百神，十轉迴靈，萬炁齊仙。蕭廷芝云：大藥三般精氣神，

天然子母互相親，回風混合歸真體，煅鍊工夫日日新。是也。

水怕乾，火怕寒。差毫髮，不成丹。

修真内鍊之要，鼎中之水不可乾，爐内之火不可寒。《丹經》所謂：金鼎常留湯火煖，玉爐不要火教寒是也。以外丹言之，凡作丹之時，行武鍊文烹之功，大要調和火力。若用之太過，則火燥水濫，不及則水乾火寒。務在行之停句，一刻周天，水火既濟，鼎内丹結，自然而然也。若差之毫髮不成丹矣。仙師云：藥有老嫩，火有斤兩，學者不可不知。了真子有云乎：七返九還須識主，工夫毫髮不容差。《悟真篇》云：大都全藉修持力，毫髮差殊不作丹。是也。

鉛龍昇，汞虎降。驅二物，勿縱放。

鉛者，坎中一點真陽，謂之龍也。汞者，離中一點真陰，謂之虎也。凡作丹之時，飛戊土抽坎中之鉛，木生火而炎，上昇泥丸，龍從火裏出，故曰鉛龍昇也。用己土攝離中之汞，金生水而流，下降丹田，虎向水中生，故曰汞虎降也。擒捉之功，非加武火之力，則鉛龍不昇。非用文火之力，則汞虎不降。一息周流妙在堅剛，著力擒龍虎入鼎，烹鍊化爲

王獘，故曰驅二物勿縱放也。張紫陽云：西山白虎性猖狂，東海青龍不可當，兩手捉來令死鬥，鍊成一塊紫金霜。是也。三

産在坤，種在乾。但至誠，法自然。

張紫陽云：要知産藥川源處，只在西南是本鄉。此所以言吾身西南方，乃坤位也。人腹爲坤，人首爲乾，坤居下爲爐，乾居上爲鼎。金丹大藥産在坤，種在乾。凡作丹採藥之時，必從坤位發端，沉潛尾穴温養。見龍當加武火，逼逐真陽之氣，逆上乾宫交姤，復還坤位而止，猛烹極煅，結成至寶。故曰産在坤，種在乾。其中復有先天産藥之時，觀心吸神，握定不泄，皆助火侯之力。古仙往往秘而不言，此最上機關，人誰知之。行持之間，唯在存誠。野戰防危，法天象地，應化自然。故曰：但至誠法自然也。

三　米晶子注：此是觀天心也

盜天地，奪造化。攢五行，會八卦。

提挈天地，握定陰陽，攢簇五行，合會八卦，此神仙之學也。天地者，即乾坤也。造化者，即陰陽也。五行者，金木水火土也。八卦者，乾坤坎離震巽艮兑是也。且夫天地之大，造化之深，五行分布，八卦環列，以何術能盜之奪之、攢之會之？盜者，竊也。奪者，取也。攢者，簇也。會者，合也。此言丹家之法，妙在口傳。凡作丹真訣，只在些兒消息。待時至氣化，藥産神知，便當閉風關，塞艮户，斡天罡，旋斗柄，運符火之一息，簇三千六百之正炁，回七十二候之要津，顛倒五行，會合八卦，總歸土釜，牢固封閉，須臾調燮火發，武鍊猛烹，結成聖胎。所以一刻工夫，奪一年之節候。《丹經》云：人心若與天心合，顛倒陰陽只片時。此即一呼一吸能奪造化。人一日有一萬三千五百呼，一萬三千五百吸。一呼一吸爲一息，則一息之間，潛奪天運一萬三千五百年之數。一年三百六十日四百六十八萬息，潛奪天運四百八十六萬年之數。於是換盡陰濁之軀，變成純陽之體，神化自在，聚則成形，散則成風，出有入無，隱顯莫測，豈不奇哉。

水真水，火真火。水火交，永不老。

水居北方，在卦爲坎，在身爲腎。火居南方，在卦爲離，在身爲心。水中藏火，火中藏水。人心中一點真液，乃真水也。腎中一點真陽，乃真火也。水火分於上下，何由而交之？必假戊己真土擒制逼逐，得其真火上昇，真水下降，同歸土釜。水火既濟，結成金丹，一炁純陽與天齊壽。故曰水火交，永不老也。

水能流，火能燄。在身中，自可驗。

水在上，故能流潤於下；火在下，故能炎燄於上，此天地水火昇降自然之理。人身作丹，運用之時，亦復如是。故曰：在身中自可驗也。

是性命，非神氣。水鄉鉛，只一味。

性即神也，命即氣也。性命混合，乃先天之體也；神氣運化，乃後天之用也，故曰：是性命非神氣也。修鍊之士欲得其性靈命固，從下手之初，必是採水鄉之鉛。水鄉鉛者，坤因乾破而爲坎，坎水中而有乾金，金爲水母，母隱子胎，一點真陽居於此處，遇身中子時陽動之際，急急採之。紫陽所謂鉛遇癸生須急採，採時須以徘徊之。意引

火逼金，正所謂火逼金行顛倒轉，自然鼎内大丹凝。只此一味，爲大道之根。雲房云：生我之門死我户，幾箇惺惺幾箇悟，夜來鐵漢細尋思，長生不死由人做。指此一味，直欲世人於此尋之，方是鍊丹之本。丹經云：好把真鉛著意尋，華池一味水中金。是也。

歸根竅，復命關。貫尾閭，通泥丸。

作丹妙用，要明玄關一竅一性正位，萬化歸根復命之道，必由三關而轉。故曰歸根竅，復命關也。當復命之時，飛神海底，存火燻蒸，精化爲氣，撥動頂門關捩，從尾閭徐徐提起，直上泥丸，交姤鍊氣，化爲神。神居泥丸爲本宫，則有萬神朝會。故曰貫尾閭，通泥丸也。火師汪真君奧旨云：夾脊三關透頂門，啣花騎鹿走如雲，捉花騎鹿踏雲去，霍地牛車前面迎。《黄庭經》云：子欲不死修崑崙。《還元篇》云：悟道顯然明廓落，閑閑端坐運天關。《道德經》云：歸根曰靜，靜曰復命。其説是已。

真橐籥，真鼎爐。無中有，有中無。

橐者，虚器也，鞴也。籥者，其管也，竅也。言人晝夜一呼一吸之氣，氣爲之風，如

爐鞴之抽動，風生于管，爐火自炎，久久心息相依，丹田如常温暖，此吾身有真橐籥也。《道德經》云：天地之間，其猶橐籥乎，虚而不屈，動而愈出。是也。鼎者，乾也，性也。爐者，坤也，命也。[四]既鼓動吾身之橐籥，必採藥物以入鼎。採藥之時，加武火之功，以性斡運於内，以命施化於外，片餉之間乾坤合一，神炁交會，結成還丹，以爲聖胎。故曰真鼎爐也。既得還丹成象，以文火温養，虚心以守其性，實腹以養其命，恍惚杳冥之中，無中生有，有中生無，此即静極復動，動極復静。故曰無中有，有中無也。

托黄婆，媒姹女。輕輕地，默默舉。

黄婆、姹女，皆强名也。黄婆者，坤土也，即戊己土也，又言意也。姹女，兑金也。兑爲少女，金隱水中。凡作丹必托黄婆爲媒，通姹女之情，以戊土藏火，火逼金行。當起火之初，受炁且柔，要當撥轉頂門關捩，從尾穴輕輕地默默而舉，須臾火力熾盛，河車

四　米晶子注：乾性坤命是也

不可暫停，運入南宮復還元位，嫁與金公而作老郎。崔公苦口叮嚀，以謂世人不達還丹之旨，故喻托以黄婆媒於姹女，直欲世人曉此理也。《悟真篇》云：姹女游行自有方，前行須短後須長，歸來却入黄婆舍，嫁箇金公作老郎。是也。

一日内，十二時。意所到，皆可爲。

意者，性之用，即真土也。一日之内十二時辰，有一年之節侯，自子時至辰巳六時屬陽，自午時至戌亥六時屬陰。一陽來復，身中子時也。一陰生姤，身中午時也。且夫水火間於南北，木金隔於東西，此四象何由而合，必假意以通消息。是以天地造化一刻可奪。一日之内十二時中，無晝無夜，念兹在兹，常惺惺地。動念以行火，息念以温養火。此所以意所到，皆可爲也。

飲刀圭，窺天巧。辨朔望，知昏曉。

飲者，宴也。刀者，水中金也。圭者，戊己真土也。言作丹採藥之時，必採水中之金，金不得自昇，必假戊土化火，逼逐金行，度上泥丸。金至此化爲真液，如瓊漿甘露，一滴落於黄庭，宴之味之，津液甘美。故曰飲刀圭也。窺者，觀也。言能觀天道運化

之功，遂執天而行，旋吾身斗柄之機，一刻之間能奪天地造化。故曰竊天巧也。《陰符經》所謂觀天之道，執天之行，盡矣。純陽詩曰：縱橫北斗心機巧，顛倒南辰膽氣雄。是也。辨朔望者，以一歲言之，冬至爲朔，夏至爲望；以一月言之，初一爲朔，十五日爲望；以一日言之，子時爲朔，午時爲望；以一時言之，初一刻爲朔，正四刻爲望；以六十四卦言之，復卦爲朔，姤卦爲望。以一身言之，尾穴爲朔，泥丸爲望；子宮進火爲朔，午位退符爲望。既明此理，又要知其曉昏。昏者，暮也。曉者，朝也。於卦有朝迍暮蒙之理，一卦六爻，顛倒用之，遂爲兩卦。朝迍一陽生於下，暮蒙一陰生於上，一陽一陰，一進一退，人身運化，與天地同也。達此理者，可以長生久視，與鐘呂并駕，同日而語矣。有何疑哉。

識浮沉，明主客。要聚會，莫間隔。

浮者，汞也。沉者，鉛也。離汞居上曰浮，坎鉛居下曰沉。修丹之訣，沉者必使其昇，浮者可使其降。故曰識浮沉也。既識浮沉，須明主客。主者，命也。客者，性也。有身則有命，有命則有性。性依命立，命從性修。是以命爲性之母，故爲主；性爲命之子，

故爲客。[五]日逐之間，借身爲用，仙師所謂讓他爲主我爲賓是也。既明主客，以鉛汞而同爐，主客而同室，綿綿若存，於二六時中，迴光返照，打成一片，道滿太虛。若夫時至氣化，機動籟鳴，火從臍下而發，水向頂中而生，其妙自有不期然而然者。孔子所謂：道也者，不可須臾離也，可離非道也。程子亦云：常心要在腔子裏。虛靖天師曰：神一出便收來，神返身中炁自回，如此朝朝與暮暮，自然赤子産靈胎。此所以要聚會，莫間隔也。

採藥時，調火功。受氣吉，防成凶。

採藥時者，乃身中一陽來復之時也。於斯時則當閉關。行火之功，妙在調燮停勻，從三關運轉，一舉三時，周流復位，萬氣凝真。當此之時，獨受於我神之暢快，喜慶難言。故曰，受炁吉也。行火退符之間，務在存誠一念，不可間斷。設或纖毫差失，遂成凶矣。密意防護，不可不謹，是用野戰防危。故曰防成凶也。《丹經》云：配合虎龍交姤處，

五 米晶子注：命爲性母，性爲命子，乃生鉛生汞也。

此時如過小橋時。是也。或曰：性靜無爲，要坐便坐，要眠便眠，何必辨採藥調火。蓋不知有造化者耳，未足與議也。

火候足，莫傷丹。天地靈，造化慳。

鍊得黄芽滿鼎，白雪漫天，嬰兒成象，故火候足也。火候既足，只宜沐浴温養。若不知止足，妄意行火，反傷丹矣。丹成之後，天地混合，神炁自靈，仙師所謂虚室生白，神明自來，故曰天地靈也。當此之時，宜加寳愛，調息務在微細，於靜定之中，内不出，外不入，形忘物忘，心同太虚，一炁純陽，故造化慳也。

初結胎，看本命。終脱胎，看四正。

祖劫天根，居混沌之中，乃爲結胎之所。下手之初，鍊精化爲炁，鍊氣化爲神，鍊神化爲虚，鍊虚合道，結爲聖胎。初結胎之時，常於命蒂守之。故曰初結胎，看本命也。十月胎圓，移神上居泥丸，調神出殼，直待功成行滿，上帝詔臨，打破虚空，真人上舉，駕紅雲，跨白鶴，東西南北無所往而不可。故曰終脱胎，看四正。《靜中吟》云：一朝功滿人不知，四面皆成夜光闕。是也。

密密行，句句應。

此二句總結前八十句，言大道金丹，進火退符，奪造化之妙訣，行之一身，如空谷之應聲，陽燧之取火，方諸之取水，神通氣感，何其速之如是。故曰密密行，句句應。丹經云：視之不見聽不聞，及至呼時又却應。是也。

挂金索——

一更端坐，下手調元炁。混沌無言，絕念存真意。呼吸綿綿，配合居中位。撥轉些兒，黍米藏天地。

二更清净，心要常虛守。默默回光，照見無中有。趕退群魔，振地金獅吼。頃刻功成，便與天齊壽。

三更鷄叫，冬至陽初動。取坎填離，直向泥丸送。火運周天，爐內鉛投汞。九轉丹成，白雪飛仙洞。

四更安樂，萬事都無想。水滿華池，澆灌靈根長。靜裏乾坤，仙樂頻頻響。道大冲虛，

名挂黃金榜。
五更月落，漸覺東方曉。谷裹真人，已見分明了。玉户鸞驂，金頂龍蟠繞。打破虚空，
萬道金光皎。

崔公入藥鏡注解終

入藥鏡

入藥鏡上篇[一]

【三章之妙，歸於存神；俱錄其辭，各賾其真。】

崔公曰：混沌之始，一氣生二儀，二儀生三才。三才者立，則五行備焉。共成八之數，祖宗在三田之内者，性是也。性者，元辰聚也。性樂乎動，故外隨境遷，一生一死，周而復始，其可資而生者，曰精、曰氣、曰神，謂之三業，聚而生者也。

夫根元者，丹田之氣海也。申夫男女精血，合而爲一氣，是氣者，元氣也。元氣不散，則守之之妙也。及其久也，清虛以生神光。神光盛

[一] 宋·曾慥編著。校對版本：《中華道藏·第二十三冊·道樞卷之三十七·入藥鏡》

者，長生之苗也。夫人銜銜然動者，皆是氣也，非神也。從一念真定者，神之自性也。審於是，斯能識氣，真念顯化通神矣。吾身豈與天地异哉！亦各得一氣而已爾。氣散則神去焉，氣止則神定焉。吾其全之於五輪，得之於五力歟！

何謂五輪？曰：吾之目也[二]，其白睛屬乎肺，其黑睛屬乎腎，黑睛中之黃與其上下則屬乎脾，黃睛中之碧則屬乎肝膽，大角則屬乎心者也。

何謂五力？曰：神之用在乎目，而五藏連之，取下田之氣海，是根五力也，此其外也。內有五力，取金剛之性焉，在身五藏也，五行也；在色，五色也；在聲，五聲也；在天，五星也；在地，五嶽也。內明一行，守之則神，用在乎目，氣在乎鼻，定之之妙也。

火司南，其干丙丁，而爲吾之心焉；水司北，其干壬癸，而爲吾之腎焉。

二　米晶子注：重思目者。大道全成于目。慎重！

心者，上之性也，其要在乎覆下火，而上之性，火不可發，然火前不起，則水必泄也。腎者，水也，下丹田之用也。因全腎以守氣海，則根源成矣。不守腎水，則不成矣。故水者，下流也，下流乃常人之用也。水者，精也，能上用之，則聖人謂之道矣。心者，神也；腎者，氣也。神定氣和則真人降焉。以吾心爲鏡，身爲之臺，以神爲藥，聚而爲足焉。東者，肝之神也，用之在乎目；西者，肺之氣也，用之在乎鼻。故東西者，神氣之和，會成於還源還舊樸也。神不足，氣不和，則真人不降矣。

吾神與氣必也瑩净内明。内明者，何也？二物相守乎神氣也。如是則神光日用，而莫知己之光也，是以心如鏡焉。其光攝物，物不能攝光鏡者，如目也，如心也。鏡之光非動也，是吾之目動乎物也。知此者，識藥鏡之理與物之互相攝矣。心火何以爲鏡歟？火者，明也；明者，定而内明也。内明則萬物明矣。心者，鏡之體也；明者，神之用

也。日用守舊不離乎心地者，內明也，明則不昧矣。故在心，守舊者也。夫三毒、十惡、八邪，皆起於心。曰目、曰耳、曰鼻，謂之六通，神常從之。夫能日用而守舊，晝夜不遷，其名曰定寂。日用者，神守氣聚而不散也。神能通應，則意之所至必成焉，神定則晝夜周矣。故神住則氣住，氣住則神住，神住則形在。夫五行者，本無生滅。其滅則自吾之神氣失也。

五行者，何謂也？五藏之真義也。心之神、肝之魂、肺之魄、脾之意、腎之志，聚而爲丹之用者也。人之神在性。性者，火也；火者，散數也。本元一斤，四年散一兩，四十年而亡十兩，則六十有四年而盡矣。孰能聚而不散乎？此吾之真道也。

夫一切之物皆爲氣動，而神未嘗動也，氣散而神未嘗散也，氣去而神未嘗去也。生死者，氣也，神未嘗生死也。夫能外睹乎物，而內心不移，斯法門之內應，神之妙用者也。必知夫實相者，在不用之間，不去不來，

湛乎定慧，同天地太虛之渾渾焉，心神定明矣，元氣定固矣，形精長生矣。斯三田之藥靈也。

何謂三田？上曰腦，中曰心，下曰氣海臍下，其名三奇。三奇者，精、氣、神也。三者全矣，歸乎下丹田，則骨髓實滿。此造化之功也。意解身達，則真仙之道也。然見物而喜捨者，心也。氣者，元氣也。因和而得之，因悦而散之。故散則出自門，聚則入自門。神在目，氣在鼻。是以目者，金剛之門户也；金剛者，真性也；氣者，因形者也，神定則氣住矣。神見物而動，見物而心不移者，内定也。金者，萬物不能損，可以集氣而固形者也。夫吾有喜，捨則神散，而八邪入矣。故心妄起二，吾不可以虛起焉，虛起則不寧而失之矣。神也、氣也、精也更相爲體者也。何以言之？精者，至生之物而無形焉。籍氣而爲形，在身而爲氣，過乎尾閭而爲精。精能定於自然，則形何自而衰耶！故曰：精者人之命也。彼能無漏者，是補乎天年之壽而已爾。如其用造化之理，則真精

存矣，真形固矣，真神定矣。此長生之道也。
今之人，以心定其精，而不能定其神[三]，以謂水滿而溢，氣滿而動矣。世亦知神氣定而爲鼎乎？神從氣、氣從神，神能守氣，則氣能生神矣。二者相守，聚而成形，是所謂鼎也。故修丹者，取自本元，合而成形，還入於元宮，久而胎成，化而成神，其名曰蛻仙。命也者，繫乎玉衡，在乎玉洞之間，下田有玉泉焉，真氣聚而爲精也。真精之氣，出則爲人，不出則地根不漏，煉之斯名玉仙，於是下元不漏矣。宜知所以運用焉，逆流於雙關之道。雙關者，夾脊之二路也。運氣朝於上宮。上宮者，腦也。入於華池，煉之成霜，達於碧海。碧海者，丹田也。以興真火，鍛之斯爲玄珠之胎焉。然則，玄珠者，元宮之真氣，聚而爲精，精復爲形，玄珠久煉則還童矣。此黃河逆流之道，非常道也。[四]

三　米晶子注：定者神，慧者氣。

四　米晶子注：印者精也，形即精也。

丹田有寶，則外之事內先應焉，後之事前先知焉，於是上下通靈矣。心者，印也。心不和，則印不移。心與印者，根也。印者，塵也。絕其塵，則證真空之仙矣；心可除而不滅，則證數空之仙矣；心與印不用，則證空寂之仙矣。心不用印，印不用心，心印解滅於諸塵。凡聖無二，如前之心法，印不離乎心，二者相持，用若造化，則證陽真矣。此煉丹留形者也。印者，何也？精也。印定精生矣，印絕精盡矣。故印從心起，心復生於印。常人用心而不用乎印者也，聖人用印而不用乎心者也。不用心印，則心妄散矣。散者，氣亂神去而精散者也。及其心印定而精生，則神清氣爽，肌膚華潤，目有神光，無夢寐、無譫妄、無驚悸、無恍惚，皆精定而生者也。此道也，從心返印，造精之象也。五夫能固精爲命基，則精之中產氣以生神，於是成胎而化真形矣。精者，

五　米晶子注：再三了解，此章內含真理。

何也？神也。神定則生精，精極則生神，互相吞而成乎一者也。聚則生，散則死。神者，何也。氣也，亦互相吞者也。神動氣應，氣動神返，二者相乘，斯化形爲純陽者歟！然則人之相象，隨精所化者也。精守氣，氣守神，神守精，此長生之道也。

身心不貪，萬物不能繫，況與之有争乎！其名曰退身。萬物不能掛於心，持此日用，其名曰藏神。於是取三元之藥靈而下火焉。

何以採藥歟？神也、氣也、精也，相守而和合焉。一念而得，三物何歸乎？其歸根靜者耶！神光何歸乎？聖人則以歸丹，常人則以歸空者也。歸丹者，歸心入意自静，其元神見物而不動，惟以内定。然吾神之舍有壞奈何？崔公曰：於是有大藥之法焉。惟於丹田聚三氣以成形，造化産神，心性逍遥自安矣。此何道也？駕河車朝玉闕，投金精者也。河車者，北方之正氣也；金精者，腎堂也。飲食入於胃，其滓入於大腸，其水入於小腸，其氣主於丹田，透於腦關，以時有象於真中，隱約以

灌乎腦中，穿十有二徑，以至丹田。此返本還元命之基也。於是開發關乎日月之道，何也？要會四事，而後搖天柱，定其息氣，而用轆轤轉其氣以運之。此還童者也。方其自玉關而上朝，以入於腦，通乎上腭，達乎鼻門，而墜於舌之上，其甘醍醐。譬夫嬰兒之食乳，猶能至於盛大，而況吾之乳，惡有不長生也哉！

亥子丑之時，可以行火者也。亥者，十月，坤之卦也；坤者，孕母之坤也。老陰能及乎陽，故曰：萬物負陰而抱陽者也。至子而爲之，則復之卦也。純陰之極，而返生陽者也。此十有一月之候，從其下，一陽生者也。吾於子之時行火，謂之陽生。自陰向陽，是爲半氣交於腎宮者也。丑者，臨之卦，從其下，二陽生者也。寅者，泰之卦，三陽既生，承之以行功，其可也。

火者，無形也，憑氣而爲之。其光有神，神假乎性，性能變化，故神者火也。不能自見，如火在木，鑽之乃然矣。鑽之法，何也？瞑目端坐，

定息澄心，於是神定氣和，其心至則火發矣。真火者，可以煉丹，非理勿行焉。

巳午未之時，可以行水者也。巳者四月，乾之卦，陽極而陰生者也；午者五月，姤之卦，一陰生者也；未者六月，遁之卦，二陰生者也；申者七月，否之卦，三陰生者也。三卦者，可以行水者矣。應期而行，則水自其心而出，何也？心者，根也。能清靜不動，息止而神定，則水亦自腎堂生焉。上朝入於腦腭之二竅，下入於口，其味甘。以心之水上朝於舌，以舌左右攪之華池，其數各十有八；含口漱烹者，其數三百有六十，或不以多寡，直身正立分爲三，用力以咽焉。故飲氣咽之，以神送之，至於丹田左右內，沐浴溉灌，於是靈源生苗，然後可行大功焉。凡行水者，以十二之數，每分爲咽者三十有六。六六者，是爲三十有六水之數也。

寅申卯酉之時，可以存神者也。其道何也？常守其舊，一念不移，存

氣伏精，守神定息，應物而行，勿逐於外境者也。吾取象日月時焉，然取年行不如月行矣，取月行不如日行矣，取日行不如時行矣。時可以奪日之功，日可以奪月之功，月可以奪年之功。吾行之之時，斯有真人相助焉。內外功行，相濟千日，無虧成真人矣。真人者，位法混成小果之仙者歟！

夫不明煉丹之法，而惟作寂守舊，而或陽狂雖習成定，然身死神去，斯爲鬼而已爾。神通主，客不敢爲主，唯爲客；不敢進，唯求退。其日用也，與物無爭，如在愛物之中，神常存爲客，而守其根基。夫見物愛以神，用爲主，而繫於物，於是目也、耳也、鼻也、舌也於其中而起六情，則失其真矣。故修真者，常以神守丹田與命之根基。此無他焉，神和則守氣，氣於是守精，精於是守一，不敢爲主矣。此乃內外神定，斯無起滅者也。夫人因精而得神，神因念而得命，故命者在於精而已。精者，至真也，生之物也，有名而無形者也。天地萬物，

皆是精之所生，而積之以爲命，其來從乎恍惚焉。

崔公曰：天地生八卦，八卦生乎十干。故甲生乾，乙生坤，丙生艮，丁生兑，庚生震，辛生巽，壬生離，癸生坎，而戊己爲之配合，中宫者也。天有三奇焉，日也，月也，星也；地有三奇焉，乙也，丙也，丁也；人有三奇焉，精也，氣也，神也。天之璇璣，地之黄河，人之榮衛，此三奇之志也。夫吾之三奇不出於身，禀天地而運轉，則與天地齊矣。水也、火也、金也、木也，四時長存者也。夫能禀此理，則壽可以無窮矣。何也？

東方，甲乙也。甲爲乾，乙爲坤，其夫婦也。南方，丙丁也。丙爲艮，丁爲兑，其夫婦也。西方，庚辛也。庚爲震，辛爲巽，其夫婦也。北方，壬癸也。壬爲離，癸爲坎，其夫婦也。將震以配乎肝，兑以配乎肺，離以配乎心，坎以配乎腎，坤以配乎脾。夫禀四時以入藥於丹田，此所以與天地等久者歟！

人之神，如薪之火乎？[六]其中藏火，火不出則薪長存，神不出則身長存矣。故火發外明者，薪之盡也；神智出者，樸之散也。神光不散，神應物而不出，斯固蒂而全真矣。精者，至真也。精與神氣相戀，則可以固其形焉。使神以養其內，用氣以養其外，托精玄中以爲冲和，斯長生者也。神光者，氣中之藏也。精爲光，神爲慧，氣爲鼎，是所謂三寶者歟！神勿離於身，精勿離於神，氣裹三寶，斯合於三才者矣。

廣成子曰：精生於氣海之間，如火之在木者也。吾之玉泉者，猶璇璣黃河者也。坤之卦、斗之時者，亥也。至子而變乎？復之卦，上土下木。木者，五行中之東方也。廉貞星者，應乎五行則爲火者也。水中之火，即水爲形，[七]而火無形者也。玉泉之流上行，即所謂水中之火也。象坤之爲復，一陽生也。此則十月順行，至於十有一月者，自然也。凡子

六　米晶子注：人之神如薪。精爲光，神爲慧。

七　米晶子注：真意謂炁也，水爲形者。

之時亦如之。子行九刻，發關上流，玉泉下來，用金液煉形者也。五行入於藥，則所謂火也、金也、木也，合卦而行者也。精神合象，常不離於氣海，精從其神，投氣海之中，於是成鼎矣。神氣者閉服之，則氣長生矣。氣馳精而上行，至妙者也。神應氣逐，謂之火焉；精應氣隨，謂之水焉。吾之入藥也，天門之氣不出，綿綿若存，故氣不出身，精神自轉，如天之火、地之水，水之下是火，火之下是氣。此五行之自然也。

上之七竅者，七政也；下之二竅者，輔星也。此可以象天地之運用者也。崑崙者，頂也；天柱者，夾脊二十有四節也。左右以首轉之運之，則百脈通流矣。發兩關者，舉左右手也。舉起折身，若復稱之則竅通，流入於上宮。上宮者，腦也。行道者，任其性，閉即閉，寐即寐，行即行，而性不可有繫焉。常守丹田之神，其能守，如不守，斯真造化者也。

乾六，大腸也；坎一，腎也；艮八，膀胱也；震三，肝也；巽四，膽也；離九，心也；坤二，小腸也；兑七，肺脾也；土者，中宮之火也[八]，水之中金生者也。木生金中，水生火中，惟土合四時之季，而在中宮者也。

入藥鏡中篇

至游子曰：吾得崔公之書一焉，皆言元氣者，鉛汞也。煉之九轉，斯成仙矣。

其一曰採藥者，何也？龍虎交騰，日月以飛焉。九曲者，真元之祖，可以別二儀者也。九曲者，何也？小腸是也。二儀者，日月也，真汞鉛也[九]，大藥之源在其中矣。

八 米晶子注：重看多思，土者中宮之火也。

九 米晶子摘：元氣者鉛汞也，日月者真汞鉛也。

其二曰木汞金鉛者，何也？二八之元，日月之精，自一水而生者也。吾於二八之門抽添勿差焉，則藥海明真降日華矣。於是煉之千日，可以成金玉之形焉。

其三曰至藥抽添者，何也？吾於日月二弦，而抽添焉。以赤龍火車於二時煉之，於是巽風生而星辰列矣。此二時者也。火車者，陽之象。

其四曰龍虎鉛汞者，何也？龍抽其汞，虎添其鉛，浮沉於鼎之中，二物全矣。於是配以坎戊，合以離己。吾嘗識陰陽升降之二時以興功，而不失乎銖兩，始可以成大藥矣。

其五曰海底求陽烏者，何也？方其振羽於海底及其奔冲，則勿使火神飛焉。蓋火雜入於丹闕則息火，至乎沐浴之日則可以用陽火，採取金砂八兩，是謂真陽焉。此還丹之樞會也。於是碧浪金波，灌乎坎男矣。

其六曰符星入元宮者，何也？符星轉而入於元胎之宮，以制鉛霜之紅，斯金丹返、天符還真之氣者也。於鼎之中，自然成銀液，其狀芙蓉焉。

其七曰火得純陽者，何也？純陽者，乾也。金丹至於七返，則陽氣過於六，而逢庚之氣制之，於是秋石爲琅玕矣。鉛霜結返丹矣。合和有道，則有九轉冲和之氣見焉。

其八曰陰陽拘制者，何也？拘制有玄關焉。火至於南方則不煉矣。於坤之鼎，陽爲陰所制，其鉛斯爲白雪，其狀桃華，煉之至於九九，則鉛汞鎮於丹田，可以勝寒暑矣。此鐵牛之鍾金錢者也。

其九曰奔騰瑞氣者，何也？其氣鎮於坤宮，霓車從風而逆轉，於是得日月之根，黄芽就而成玉，所謂金丹陽質而换胎者也。大道玄基以火頻煉焉，斯入於仙矣。

其十曰虎踞龍跧者，何也？其逐斗之魒焉。乾坤定位而至於下弦，則鼎之中生氣加矣。姹女、嬰兒，其服絳綃。此金丹之子母相成，陰陽結而不散者也。服之千日返童顔矣。

其十一曰九氣冲全者，何也？冲全則百倍矣。霞光射於神爐，黄婆之

心定，而男女浴於絳珠，此其九轉而成玄珠。服之一圓，其壽千齡；再服再煉，斯可長生久視矣。

其十二曰玉帝新封劇位者，何也？煉之以成坎離，神光自然出入，隱顯分明，陽神日壯，陰邪日消，於是長生矣。此玉帝封乎太一之君者也。

其十三曰九年丹竈者，何也？九年得乎天機，萬里奔騰而不迷，煉之千日，斯羽化者也。

其十四曰滅沒者，何也？吾之興功遇乎日月二弦，有損無益者也。修煉者於是滅沒歟！故曰陰陽停澤二弦乎矣。二沒相交，滅沒并矣。至此則會聚而煉之，而後成真焉。

其十五曰採藥者，何也？收金採玉藉乎天，元陽火交加以煉之，於是銖兩之數足，則龍行雨過，而入於崑源矣。陰真君曰：採有日，取有時者也。

其十六曰刀圭者，何也？日月之精也，真氣也。陰陽之二，土主生萬

物一〇，是爲刀圭隱於脾之鼎，遇二氣分而成變化矣。其後純陽子呂洞賓嘗聞之於崔公而嘆曰：吾知修行有據，性命無差，道成其中矣。於是純陽子復爲之演釋焉。一一

純陽子曰：昔黄帝周游四方，至青城之山，見岐伯、廣成子、黄谷子，遂明大道。於是究百刻之法，金鉛玉汞採三元而下火以烹之，於百刻之中而爲造化，惟收胎兔自然成矣。蓋以百刻者，定其息一刻。

入藥鏡終

一〇 米晶子摘：陰陽者二土也

一一 米晶子注：以上重復多看，着意思之，用神領會。

金華宗旨 [一]

孚佑帝君太乙金華宗旨自序 [二]

易大傳曰神無方也無體也言神無方體則名言之而難盡矣往來不窮利用出入日用之而不知與天地合其德與日月合其明與鬼神同其變化至矣哉盛德大業言之不可終窮擬議之而無可形似靈文祕笈俱歸塵腐予之定是宗旨不落名言無從擬議其所以斡旋天地轉運陰陽者在握其寸機而已得其機則妙用在我而乾坤皆範圍之而不過矣機者何一而已一不可名歸之太虛而浩浩落落一片神行其間變化無端妙用不測吾何以名之曰太乙噫至矣盡矣宇菴居子輩編輯宗旨成書各授弟子爲之闡發大意而著之簡端是爲序

一　吕洞賓著。校對版本：《道藏輯要·室集二·金華宗旨》

譚長真真人原序

譚長真真人云聖真無日不在世度人究竟何曾度得一人亦世人能自度耳若世人與聖真性量有增減分毫便是度不去聖祖初發願度生已度盡百千萬億劫無量衆生度此七人非七人也即七如來毘盧遮那無量法身也諸子不離凡夫地何以即與古佛同尊子輩原無信不及所以聖祖當下即度得去若有一毫信不及千生難免輪迴也自古聖賢千言萬語無非要人識得此性光通天徹地古今聖凡一齊透過無少等待無不完成所謂盡性者盡此至命者至此採藥者採此修證者修證此而已此宗旨所以爲萬法歸宗至尊法旨任爾爲仙佛爲人天爲山河爲六道爲鬼怪爲昆蟲草木無不承受法旨皈命大宗苟有萬分信得及者不離當下即與度去有一毫信不及饒他千生萬劫永墮迷途向立嚴誓七人外不得妄傳豈聖祖普度之公心只慮世人障蔽甚深罪業煩重不能開發信心而反生疑謗是益其罪也究竟聖祖度世之宏願與學人謹凜之畏心原無二無別知此不獨仰體祖訓先聖後聖殊途而一致矣

張三丰真人原序

張三丰祖師云道也者時焉而已日月往來寒暑遷變草木生長禽鳥飛鳴以及吾人日用動靜莫非運用一時之中變化無端時至自見斯爲天地之心不可以一名而況於他乎我來也晚陽窮於上剥換盡矣茲當一陽初復倏然而來莫窮其迹莫究其因大地陽和已無不潛行而默運以爲此天地之轉運也而天地不得而自主以爲此日月之進退也而日月亦聽其自然風雲變易乎上草木萌動於下大矣哉時之爲用也是故言道者不離目前即一言一動一事一物無不可以見天地之心蓋此天地之心任陰陽剥換時令推遷而無思無爲終古寂然不動今人舍目前而談玄説妙則違乎時也違時即與道背馳何時而有見道之日乎天下之動貞於一動變不居何可言盡觀乎時而萬變皆在目前矣從目前一一消歸於太虛謂之見天地之心可謂之大道之宗旨可時也化也要不離乎目前而得之矣何道之可名何太乙之可言乎故曰道也者時焉而已

王天君原序

王天君云善承受法旨護持道教千百年於此矣不惟派下賢嗣潛修默證呼吸感通即愚夫愚婦有能發一念向道真切者無不敬禮而左右維持之此固發願之初心如是亦一體感召虛空上下自無隔礙本來如是列祖諸真法身徧滿大千心心相印法法歸宗往古來今超凡入聖者不離自本自根當下一齊正覺何果何因何修何證善也披誠宣力追隨恐後亦如風霆雷露隨時應化於覆載之中栽培傾覆一任萬類之各正性命而已而造物者無心也自七賢之敬受宗旨斯地遂爲選佛道場十方三世一時會集百靈呵護日月開明有情無情盡成法侶上天下地悉與證盟道祖設教以來真未有若此廣大悉備易簡直截如宗旨之盡洩玄機者是曰受命鑒證盟誓善敬辭曰無庸有此證也以七人得遇聖真傳示無上妙道即傭夫嫠媪牧豎樵童疇非聽法之上器甚至魔神蛟黨龍蛇異類亦無不在此證盟之内七人何藉于余余又何必爲七人證呂祖再三申命曰天不愛道傳示七人將由此七人化度無量有誹

謗法門詆毀賢聖惟爾護法呵譴而默相之法子有不敬慎凜遵戒律或輕授匪人爾護法亦嚴加譴罰善同七人跪而受命嗚乎列祖普度慈悲原無分上下其奈世人積業如山無自仰承法雨七人果能體此化度慈心隨地隨時多方接引無負自度度人之宏願則盡法界衆生皆投誠歸命亦何待雷霆風霆惟是廣生大生以各正性命於兩間可耳

金華宗旨

天心第一

呂祖曰自然曰道道無名相一性而已一元神而已性命不可見寄之天光天光不可見寄之兩目古來仙真皆口口相傳傳一得一自太上化現東華遞傳巖以及南北兩宗全真可爲極盛盛者盛其從衆衰者衰於心傳以至今日泛濫極矣淩替極矣極則返故昔日有許祖垂慈普度特立教外別傳之旨聞者千劫難逢受者一時法會皆當仰體許祖心先於人倫日用間立定脚根方可

修真悟性我奉勅爲度師今以太乙金華宗旨發明然後細爲開說太乙者無上之謂丹訣甚多總假有爲而臻無爲非一超直入之旨我傳宗旨直提性功不落第二法門所以爲妙金華即光也光是何色取象於金華亦祕一光字在内是天仙[二]太乙之真炁水鄉鉛只一味者此也回光之功全用逆法註想天心天心居日月中黄庭經云寸田尺宅可治生尺宅面也面上寸田非天心而何[三]方寸中具有欝羅蕭臺之勝玉京丹闕之奇乃至虚至靈之神所注儒曰虚中釋曰靈臺道曰祖土曰黄庭曰玄關曰先天竅蓋天心猶宅舍一般光乃主人翁也故一回光則周身之氣皆上朝如盛王定都立極執玉帛於萬國又如主人精明奴婢自然俸命各司其事[四]諸子只去回光便是無上妙諦光易動而難定回之既久此光凝結即是自然法身而凝神於九霄之上矣心印經所謂默朝飛昇者此也金華即金丹神

二　米晶子注：秘者，光之所居之地。另，米晶子抄本『天仙』作『先天』。

三　米晶子抄本

四　米晶子抄本

明變化各師於心此中妙訣雖不差毫米然而甚活全要聰明又須沉靜非極聰明人行不得非極沉靜人守不得[五]

元神識神第二

呂帝曰天地視人如蜉蝣大道視天地亦泡影惟元神眞性則超元會而上之其精氣則隨天地而敗壞矣然有元神在即無極也生天生地皆由此矣學人但能護元神則超生在陰陽外不在三界中此見性方可所謂本來面目是也

凡人投胎時元神居方寸而識神居下心下面血肉心形如大桃有肺以覆翼之肝佐之大小腸承之假如一日不食心上便不大自在以自聞警而跳聞怒則悶見死亡則悲見美色則眩頭上天心又何嘗微微乎動也問天心不能動乎方寸中之眞意如何能動到動時便不妙然亦最妙凡人死時方動此爲不妙[六]

最妙者光已凝結爲法身漸漸靈通欲動矣此千古不傳之秘也

五　米晶子抄本

六　米晶子抄本

識心如强藩悍將遙執紀綱久之太阿倒置矣今凝守元宮回光返照如英主在上大臣輔弼内政既肅自然强悍懾服矣

丹道以精水神火意土三者爲無上之訣精水云何乃先天真一之炁神火即光也意土即中宮天心也以神火爲用意土爲體精水爲基凡人以意生身身不止七尺者爲身也蓋身中有魄焉魄附識而用識依魄而生魄陰也識之體也識不斷則生生世世魄之變形易質無已也惟有魂神之所藏也魂晝寓於目夜舍於肝寓目而視舍肝而夢夢者神游也九天九地剎那歷遍覺則冥冥焉淵淵焉拘於形也即拘於魄也[七] 故回光所以煉魂即所以保神即所以制魄即所以斷識古人出世法煉盡陰滓以返純乾不過消魄全魂耳回光者消陰制魄之訣也無返乾之功止有回光之訣光即乾也回之即返之也只守此法自然精水充足神火發生意土凝定而聖胎可結矣蜣螂轉丸而丸中生白神

七　米晶子注：形即魄也。

注之純功也糞丸中尚可生胎離殼而吾天心休息處注神於此安得不生身乎

一靈真性既落乾宫便分魂魄魂在天心陽也輕清之氣也此自太虛得來與元始同形魄陰也沈濁之炁也附于有形之凡心魂好生魄望死一切好色動氣皆魄之所爲即識也死後享血食活則大苦陰返陰也以類聚也學人煉盡陰魄即爲純陽

回光守中第三

吕帝曰回光之名何昉乎昉之自文始真人也即關尹子光回則天地陰陽之氣無不凝所云精思者此也純氣者此也純想者此也初行此訣是有中似無久之功成身外有身乃無中似有百日專功光纔真方爲神火百日後光自然一點真陽忽生沈珠如夫婦交合有胎便當静以待之光之回即火候也

夫元化之中有陽光爲主宰有形者爲日在人爲目走漏神識莫此甚順也故金華之道全用逆法回光者非回一身之精華直回造化之真氣非止一時之

妄想真空千劫之輪迴故一息當一年人間時刻也一息當百年九途長夜也凡人自囫（户臥切音和）地一聲之後逐境順生至老未嘗逆視陽氣衰滅便是九幽之界故楞嚴經云純想即飛純情即墮學人想少情多沈淪下道惟諦觀息靜便成正覺用逆法也陰符經云機在目黃帝素問云人身精華皆上注於空竅是也得此一節長生者在茲超生者亦在茲矣此貫徹三教工夫也

光不在身中亦不在身外山河日月大地無非此光故不獨在身中聰明智慧一切運轉亦無非此光所以亦不在身外天地之光華布滿大千一身之光華亦自漫天蓋地所以一回光大地山河一切皆回矣人之精華上注於目此人身之大關鍵也子輩思之一日不靜坐此光流轉何所底止若一刻能靜坐萬劫千生從此了徹萬法歸於靜真不可思議此妙諦也然工夫下手由淺入深由粗入細總以不間斷爲妙工夫始終則一但其間冷暖自知要歸於天空地濶萬法如如方爲得手聖聖相傳不離反照孔云致知釋號觀心老云内觀皆已括進要旨其餘入靜出靜前後以小止觀書印證可也

皆此法也但返照二字人人能言不能得手未識二字之義耳返者自知覺之心返乎形神未兆之初即吾六尺之中反求個天地未生之體今人但一二時中間靜坐反顧己私便云反照安得到頭佛道二祖教人看鼻尖者非謂着念於鼻端也亦非謂眼觀鼻端念又註中黃[八]也眼之所至心亦至焉何能一上而一下也又何能忽上而忽下也此皆誤指而爲月畢竟如何曰鼻尖二字最妙只是借鼻以爲眼之準則初不在鼻上蓋以大開眼則視遠而不見鼻矣太閉眼則眼合亦不見鼻矣大開失之外走易於散亂太閉失於內馳易於昏沉惟垂簾得中恰好望見鼻端故取以爲準只是垂簾恰好任彼回光自然透入不勞你註射與不註射看鼻端只是最初入靜處舉眼一視定個準則便放下如泥水匠人用線一般彼自起手一挂便依了做上去不只管把線看也止觀是佛法原不秘的以兩目諦觀鼻端正身安坐系心緣中（道言中黃佛言緣中）其實一也不必言頭中但於兩◎中間齊平處系念便了[九]光是活潑潑的東西系念於兩◎中間光自然透入不必着意於

八　米晶子注：中黃者，緣中也，即天心也。

九　米晶子注：兩中間齊平處繫念便了

中宮也一〇

緣中二字妙極中無不在遍大千皆在裏許聊指造化之機緣此入門耳緣者緣此爲端倪非有定著也此一字之義活甚妙甚

止觀二字原離不得即定慧也以後凡念起時不要仍舊兀坐當究此念在何處從何起從何滅反覆推窮了不可得即見此念起處也不要又討過起處覓心了不可得吾與汝安心竟此是正觀反此者名爲邪觀如是不可得已即仍舊綿綿去止而繼之以觀觀而繼之以止是定慧雙修此爲回光回者止也光者觀也止而不觀名爲有回無光觀而不止名爲有光無回誌之

回光調息第四

呂帝曰宗旨只要純心行去不求驗而驗自至大約初機病痛昏沈散亂二種盡之却此有機竅無過寄心於息息者自心也自心爲息心一動而即有氣氣

本心之化也吾人念至速霎頃一妄念即一呼吸應之故内呼吸與外呼吸如聲響之相隨一日有幾萬息即有幾萬妄念神明漏盡如木槁灰死矣然則欲無念乎不能無念也欲無息乎不能無息也莫若即其病而爲藥則心息相依是已故回光必兼之調息此法全用耳光一是目光一是耳光目光者外日月交光也耳光者内日月交精也然精即光之凝定處同出而異名也故聰明總一靈光而已坐時用目垂簾後定箇準則便放下然竟放又恐不能即存心於聽息息之出入不可使耳聞聽惟聽其無聲一有聲即粗浮而不入細即耐心輕輕微微些愈放愈微愈微愈静久之忽然微者遽斷此則真息現前而心體可識矣蓋心細則息細心一則動氣也息細則心細氣一則動心也定心必先之養氣者亦以心無處入手故緣氣爲之端倪所謂純氣之守也

子輩不明動字動者以線索牽動言即制字之别名也既可以奔趨使之動獨不可以純静使之寧乎此大聖人視心氣之交而善立方便以惠後人也丹書云鷄能抱卵心常聽此要妙訣也蓋鷄之所以能生卵者以暖氣也暖氣止能

温其殼不能入其中則以心引氣入其聽也一心注焉心入則氣入得暖氣而生矣故母鷄雖有時出外而常作側耳勢其神之所注未嘗少間也神之所注未嘗少間即暖氣亦晝夜無間而神活矣神活者由其心之先死也人能死心元神即活死心非枯槁之謂乃專一不分之謂也佛云置心一處無事不辦心易走即以氣純之氣易粗即以心細之如此而心焉有不定者乎

大約昏沉散亂二病只要靜功日日無間自有大休息處若不靜坐時雖有散亂亦不自知既知散亂即是却亂之機也昏沉而不知與昏沉而知相去奚啻千里不知之昏沉真昏沉也知之昏沉非全昏沉也清明在是矣

散亂者神馳也昏沉者神未清也散亂易治昏沉難醫譬之病焉有痛有癢者藥之可也昏沉則麻木不仁之症也散者可以收之亂者可以整之若昏沉則蠢蠢焉冥冥焉散亂尚有方所至昏沉全是魄用事也散亂尚有魂[二一]在至昏

二一　道藏本爲『魄』，按米晶子抄本改爲『魂』。

沉則純陰爲主矣靜坐時欲睡去便是昏沉却昏沉只在調息息即口鼻出入之息雖非真息而真息之出入亦於此寄焉凡坐須要靜心純氣心何以靜用在息上息之出入惟心自知不可使耳聞不聞則細細則清聞則氣粗粗則濁濁則昏沉而欲睡自然之理也雖然心用在息上又要善會用亦是不用之用只要微微照聽可耳此句有微義何謂照即眼光自照[一二]目惟內視而不外視不外視而惺然者即內視也非實有內視何爲聽即耳光自聽耳惟內聽[一三]而不外聽不外聽而惺然者即內聽也非實有內聽聽者聽其無聲視者視其無形目不外視耳不外聽則閉而欲內馳惟內視內聽則則不外走既不外走又不內馳而中不昏沉矣此即日月交精交光也

昏沉欲睡即起散步神清再坐清晨有暇坐一炷香爲妙過午人事多擾易落昏沉然亦不必限定一炷香只要諸緣放下靜坐片時久久便有入頭不落昏

一二　米晶子注：以眼觀眼

一三　米晶子注：以耳聽耳

睡矣

回光差謬第五

呂帝曰諸子工夫漸漸純熟然枯木岩前錯落多正要細細開示此中消息身到方知吾今則可以言矣吾宗與禪學不同有一步一步徵驗請先言其差別處然後在言徵驗宗旨將行之際預作方便勿多用心放教活潑潑地令氣和心適然後入靜靜時正要得機得竅不可坐在無事甲裏所謂無記空也萬緣放下之中惺惺自若也又不可以意興承當凡太認真即易有此非言不宜認真但真消息在若存若亡之間以有意無意得之可也惺惺不昧之中放下自若也又不可墮于蘊界所謂蘊界者乃五陰魔用事如一般入定而槁木死灰之意多大地陽春之意少此則落陰界其氣冷其息沉且有許寒衰景象久之便墮木石又不可隨于萬緣如一入靜而無端衆緒忽至欲却之不能隨之反覺順適此名主爲奴役久之落于色欲界

上者生天下者生狸奴中是也彼在明山中亦自受用風月花果琪樹瑤草三五百年受用去多至

數千歲然報盡還生諸趣中此數者皆差路也[一四]

差路既知然後可求證驗

回光證驗第六

吕帝曰證驗亦多不可以小根小器承當必思度盡衆生不可以輕心慢心承當必須請事斯語靜中綿綿無間神情悦豫如醉如浴此爲遍體陽和金華乍吐也既而萬籟俱寂皓月中天覺大地俱是光明境界此爲心體開明金華正放也既而遍體充實不畏風霜人當之興味索然者我遇之精神更旺黄金起屋白玉爲臺世間腐朽之物我以真氣呵之立生紅血爲乳七尺肉團無非金寶此則金華大凝也第一段是應觀經日落大水行樹法象日落者從混沌立基無極也上善若水清而無瑕此即太極主宰出震之帝也震爲木故以行樹象焉七重行樹七竅光明也西北[一五]乾方移一位爲坎日落大水乾坎之象也坎爲子方冬

一四　米晶子抄本

一五　道藏本爲『西方乾方』，按米晶子抄本改爲『西北乾方』。

至雷在地中隱隱隆隆至震而陽出地上矣行樹之象也餘可類推**第二段即肇基于此大地爲氷琉璃寶地光明漸漸凝矣所以有蓬臺而繼之佛也金性既現非佛而何佛者大覺金仙也此大段證驗耳**

現在可考證驗有三一則坐去神入谷中聞人說話如隔里許一一明了而聲入皆如谷中答響未嘗不聞我未嘗一聞此爲神在谷中隨時可以自驗一則靜中目光騰騰滿前皆白如在雲中開眼覓身無從覓視此爲虛屋生白內外通明吉祥止止也一則靜中肉身絪縕如綿如玉坐中若留不住而騰騰上浮此爲神歸頂天久之上昇可以久待此三者皆現在可驗者也然亦是說不盡的隨人根器各現殊勝如止觀中所云善根發相是也此事如人飲水冷暖自知須自己信得過方真先天一炁即在現前證驗中自討一炁若得丹亦立成此一粒真黍珠也一粒復一粒從微而至著有時時之先天一粒是也有統體之先天一粒乃至無量也一粒有一粒力量此要自家膽大爲第一義

回光活法第七

呂帝曰回光循循然行去不要廢弃正業古人云事來要應過物來要識過子以正念治事即光不爲物轉即回此時時無相之回光也可尚可行之而況有真正着相之回光乎[一六]

日用間能刻刻隨事返照不著一毫人我相便是隨地回光此第一妙用清晨能遣盡諸緣静坐一二時最妙凡應事接物只用返身法[一七]便無一刻間斷如此行之三月兩月天上諸真必來印證矣

逍遥訣第八

呂帝曰玉清留下逍遥訣四字凝神入氣穴六月俄看白雪飛三更又見日輪赫水中吹起籍巽風天上游歸食坤德更有一句玄中玄無何有鄉是真宅律詩一首玄奥已盡大道之要不外無爲而爲四字惟無爲故不滯方所形象惟

一六　米晶子抄本

一七　米晶子注：凡應事接物只用返照法

無爲而爲故不墮頑空死虛作用不外一中而樞機全在二目二目者斗柄也斡旋造化轉運陰陽其大藥則始終一水中金即水鄉鉛而已前言回光乃指點初機從外以制內即輔以得主此爲中下之士修下二關以透上一關者也今頭路漸明機括漸熟天不愛道直泄無上宗旨諸子祕之祕之勉之勉之夫回光其總名耳工夫進一層則光華盛一番回法更妙一番前者由外制內今則居中御外前者即輔相主今則奉主宣猷面目一大顛倒矣法子欲入靜先調攝身心自在安和放下萬緣一絲不挂天心正位乎中然後兩目垂簾如奉聖旨以召大臣孰敢不遵次以兩目

一八

內照坎宮光華所到真陽即出以應之離外陽而內陰乾體也一陰入內而爲主隨物生心順出流轉今回光內照不隨物生陰氣即住而光華注照則純陽也同類必親故坎陽上騰非坎陽也仍是乾陽應乾陽耳二物一遇便紐結不散絪縕活動倏來倏往倏浮倏沉自己元宮中恍若太虛無量徧身

輕妙欲騰所謂雲滿千山也次則來往無踪浮沉無辨脉住氣停此則真交媾矣所謂月涵萬水也俟其杳冥中忽然天心一動此則一陽來復活子時也然而此中消息要細說凡人一視[19]一聽耳目逐物而動物去則已此之動靜全是民庶而天君反隨之役是常與鬼居矣今則一動一靜皆與人居天君乃真人也彼動即與之俱動動則天根靜即與之俱靜靜則月窟動靜無端亦與之爲動靜無端休息上下亦與之爲休息上下所謂天根月窟閒來往也天心鎮靜動違其時則失之嫩天心已動而後動以應之則失之老天心一動即以真意上升乾宮而神光視頂爲導引焉此動而應時者也天心既升乾頂游揚自得忽而欲寂急以真意引入黃庭而目光視中黃神室焉既而欲寂者一念不生矣視內者忽忘其視矣爾時身心便當一場大放萬緣泯迹即我之神室爐鼎亦不知在何所欲覓己身了不可得此爲天入地中衆妙歸根之時也即此便是凝神入氣穴夫一回光也始而散者欲斂

一九　米晶子抄本有『一視』兩字。

六用不行此爲涵養本源添油接命也既而歛者自然優游不費纖毫之力

此爲安神祖竅翕聚先天也既而影響俱滅寂然大定此爲蟄藏氣穴衆妙歸根也一節中具有三節一節中且有九節且俟後日發揮今以一節中具三節言之當其涵養而初静也翕聚亦爲涵養蟄藏亦爲涵養至後而涵養皆蟄藏矣中一層可類推不易處而處分焉此爲無形之竅千處萬處一處也[二〇]不易時而時分焉此爲無候之時元會運世一刻也

凡心非静極則不能動動動妄動非本體之動也故曰感於物而動性之欲也若不感於物而動即天之動也

是知以物而動性之欲也若不以物而自動即天之動也[二一]

不以天之動對天之性句落下説箇欲字欲在有物也此爲出位之思動而有動矣一念不起則正念乃生此爲真意寂然大定中而天機忽動非無意之意

二〇　米晶子摘：千處萬處一處也

二一　米晶子抄本

乎無爲而爲即此意詩首二句全括金華作用次二句是日月互體意六月即離火也白雪飛即離中真陰將返乎坤也三更即坎水也日輪即坎中一陽將赫然而返乎乾也取坎填離即在此中次二句說斗柄作用升降全機水中非坎乎目爲巽風目光照入坎宮攝召太陽之精是也天上即乾宮游歸食坤德即神入炁中天入地中養火也末二句是指出訣中之訣訣中之訣始終離不得所謂洗心滌慮爲沐浴也聖學以知止始以止至善終始乎無極歸乎無極佛以無住而生心爲一大藏教旨吾道以致虛二字完性命全功總之三教不過一句爲出死護生之神丹神丹維何曰一切處無心而已吾道最祕者沐浴如此一部全功不過心空二字[二二]足以了之今一言指破省却數十年參訪矣

子輩不明一節中具三節我以佛家空假中三觀爲喻三觀先空看一切物皆

二二　米晶子注：全功不過心空二字。着意心解。

空次假雖知其空然不毁萬物仍於空中建立一切事既不毁萬物而又不著萬物此爲中觀當其修空觀時亦知萬物不可毁而又不著此兼三觀也然畢竟以看得空爲得力故修空觀則空固空假亦空中亦空修假觀是用上得力居多則假固假空亦假中亦假中道時亦作空想然不名爲空而名爲中矣亦作假觀然不名爲假而名爲中矣至於中則不必言矣

吾雖有時單説離有時兼説坎究竟不曾移動一句開口提云樞機全在二目所謂樞機者用也用此斡旋造化非言造化止此也六根七竅悉是光明藏豈取二目而他槩不問乎用坎陽仍用離光照攝即此便明

朱子云長師諱元育北宗法派當云瞎子不好修道聾子不妨與吾言暗合特表其主輔輕重耳[二三]

日月原是一物其日中之暗處是真月之精月窟不在月而在日所謂月之窟也不然只言月足矣月中之白處是真日之光日光反在月中所謂天之根也

二三 米晶子抄本

不然只言天足矣一日一月分開止是半箇合來方成一箇全體如一夫一婦獨居不成家室有夫有婦方算得一家完全然而物難喻道夫婦分開不失爲兩人日月分開不成全體矣

知此則耳目獨是也吾言瞎子已無耳聾子已無目如此看來說甚一物說甚二目說甚六根六根一根也說甚七竅七竅一竅也[二四]

吾言只透露其相通處所以不見有兩子輩專執其隔處所以隨處換却眼睛

百日立基第九

吕帝曰心印經云回風混合百日功靈總之立基百日方有真光如子輩尚是目光非神火也非性光也非慧智炬燭也回之百日則精氣自足真陽自生水中自有真火以此持行自然交媾自然結胎吾方在不識不知之天而嬰兒以成矣若略作意見便是外道

二四　米晶子抄本

百日立基非百日也一日立基非一日也一息立基非呼吸之謂也息者自心也自心爲息元神也元氣也元精也[二五]升降離合悉從心起有無虛實咸在念中一息一生持何止百日然百日亦一息也

百日只在得力晝中得力夜中受用夜中得力晝中受用

百日立基玉旨耳上真言語無不與人身應真師言語無不與學人應此是玄中之玄不可解者也見性乃知所以學人必求真師授記任性發出一一皆驗

性光識光第十

吕帝曰回光法原通行住坐卧只要自得機竅吾前開示云虛室生白光非白耶但有一說初未見光時此爲效驗若見爲光而有識意著之即落意識非性光也子不管他有光無光只要無念生念何爲無念千休千處得何謂生念一念一生持此念乃正念與平日念不同今心爲念念者現在心也此心即光即

二五　米晶子注：多看元神元炁元精

藥凡人視物任眼一照去不及分別此爲性光如鏡之無心而照也如水之無心而鑑也少頃即爲識光以其分別也鏡有影已無鏡矣水有象已非水矣光有識尚何光哉

子輩初則性光轉念則識識起而光杳不可覓非無光也光已爲識矣黃帝曰聲動不生聲而生響即此義也楞嚴推勘入門曰不在塵不在識惟還根此則何意塵是外物所謂器界也與吾了不相涉逐之則認物爲己物必有還通還户牖明還日月借他爲自終非吾有至於不汝還者非汝而誰明還日月見日月之明無還也天有無日月之時人無有無見日月之性若然則分別日月者還可與爲吾有耶不知因明暗而分別者當明暗兩忘之時分別何在故亦有還此爲内塵也惟見性無還見見之時見非是見則見性亦還矣還者還其識流轉之見性即阿難使汝流轉心目爲咎也初八還辨見時上七者皆明其一一有還姑留見性以爲阿難拄杖究竟見性既帶八識眼識耳識鼻識舌識身

識意識傳送識阿賴識[二六]非真不還也最後并此一破則方爲真見性真不還矣子輩回光正回其最初不還之光故一毫識念用不著使汝流轉者惟此六根使汝成菩提者亦惟此六根而塵與識皆不用非用根也用其根中之性耳今不墮識回光則用根中之元性落識而回光則用根中之識性毫釐之辨在此也

用心即爲識光放下乃爲性光毫釐千里不可不辨

識不斷則神不生心不空則丹不結

心淨則丹心空即藥不著一物是名心淨不留一物是名心空空見爲空空猶未空空忘其空斯名真空[二七]

坎離交媾第十一

呂帝曰凡漏泄精神動而交物者皆離也凡收轉神識靜而中涵者皆坎也七

二六　米晶子抄本。米晶子注：心爲内識，眼爲外塵。

二七　米晶子摘：空忘其空斯名真空

竅之外走者爲離七竅之内返者爲坎一陰主於逐色隨聲一陽主於返聞收見坎離即陰陽陰陽即性命性命即身心身心即神炁一自斂息精神不爲境緣流轉即是真交而沉默趺坐時又無論矣

周天第十二

吕帝曰周天非以氣作主以心到爲妙訣若畢竟如何周天是助長也無心而守無意而行仰觀乎天三百六十五度刻刻變遷而斗柄終古不動吾心亦猶是也心即璇璣氣即羣星吾身之氣四肢百骸原是貫通不要十分著力於此鍛鍊識神斷除妄見然後藥生藥非有形之物此性光也而即先天之真炁然必於大定後方見并無採法言採者大謬矣見之既久心地光明自然心空漏盡解脱塵海若今日龍虎明日水火終成妄想去吾昔受火龍真人口訣如是不知丹書所説更何如也

一日有一周天一刻有一周天坎離交處便是一周我之交即天之迴旋也未

能當下休歇所以有交之時即有不交之時然天之迴旋未嘗少息果能陰陽交泰大地陽和我之中宮正位萬物一時暢遂即丹經沐浴法也非大周天而何此中火候實實有大小不同究竟無大小可別到得功夫自然不知坎離爲何物天地爲何等孰爲交孰爲一周兩周何處覓大小之分別耶總之一身旋運雖見得極大亦小若一迴旋天地萬物悉與之迴旋即在方寸處亦爲極大金丹火候要歸自然不自然天地自還天地萬物各歸萬物欲强之使合終不能合即如天時亢旱陰陽不合乾坤未嘗一日不周然終見得有多少不自然處我能轉運陰陽調適自然一時雲蒸雨降草木酣適山河流暢縱有乖戾亦覺頓釋此即大周天也

子等問活子時甚妙然必認定正子時似著相不著相不指明正子時何從而識活子時既識得活子時確然又有正子時是一是二非正非活總要人看得真一真則無不正無不活矣見得不真何者爲活何者爲正耶即如活子時是

時時見得的畢竟到正子時志氣清明活子時愈覺發現人未識得活的明了只向正的時候驗取則正者現前活者無不神妙矣

勸世歌第十三

吕帝曰吾因度世丹衷熱不惜婆心幷饒舌世尊亦爲大因緣直指生死真可惜老君也患有吾身傳示谷神人不識吾今畧説尋真路黄中通理載大易正位居體是玄關子午[二八]中間堪定息光回祖竅萬神安藥産川源一炁出透幙變化有金光一輪紅日常赫赫世人錯認坎離精搬運心腎成間隔如何人道合天心天若符兮道自合放下萬緣毫不起此是先天真無極太虚穆穆朕兆捐性命關頭忘意識意識忘後見本真水清珠現玄難測無始煩障一旦空玉京降下九龍冊步霄漢兮登天關掌風霆兮驅霹靂凝神定息是初機退藏密地爲常寂

二八　米晶子注：子是水，午是火。

吾昔度張珍奴二詞皆有大道子後午前非時也坎離耳定息者息息歸根中黃也坐者心不動也夾脊者非背上輪子乃直透玉京大路也雙關者此處有難言者地雷震動山頭者真氣生也黃芽出土者藥生也小小一段已盡修行大路明此可不惑人言

昔夫子與顏子登泰山頂望吳門白馬匹煉顏子見爲匹練夫子急掩其目恐其太用眼力神光走落回光可以勉哉[二九]

回光在純心行去只將真息凝照于中宮久之自然通靈達變也總是心靜氣定爲基心忘氣凝爲效氣息心空爲丹成心氣渾一爲溫養明心見性爲了道子輩各宜勉力行去錯過光陰可惜也一日不行一日即鬼也一息行此一息真仙也勉之

太乙金華宗旨終

二九 米晶子抄本

太乙金華源流

源是上清派以茅君爲第一代茅君十傳而浸失其真晋初蘭公得之斗中孝悌王而傳諶母諶母傳許祖傳許祖十大弟子再七代有玉真黄兩先生繼之繼又失傳至康熙戊申年吕祖傳受宗旨改名《太乙金華》其時受法弟子潘易庵屠宇庵莊惺庵莊誠庵周野鶴劉度庵許深庵七人至壬申歲孝悌王復提宗旨時有張爽庵李時庵馮返庵馮近庵許凝庵潘真庵潘卓庵亦符七人之數奉教攝取先後發明宗旨者輯定成帙乾隆乙未年錢唐邵志琳得於蘇門吴氏抄本自加冊改因刊入全書焉三〇

三〇　米晶子抄本

呂祖先天百字碑[一]

父母未生前　與母共相連
無情生有情　虛靈徹洞天
十月胎在腹　能動不能言
晝夜母呼吸　往來通我玄
剪斷臍帶子　一點落根源
性命歸真土　此處覓真鉛
迷失當來路　輪迴苦萬千
若遇明師指　決破妙中玄

[一] 呂純陽著。按米晶子提供影印版校對。

時時拴意馬　刻刻鎖心猿
悟透二十句　白日上清天

呂祖先天百字碑終

王重陽祖師授七真五篇靈文[一]

以天心爲主。以元神爲用。以三寶爲基。外三寶不漏。內三寶自合也。始得天人感通。先天之炁。自然歸之。然人之一身內外。四大上下。皆屬後天陰陽。惟有先天一點至陽之炁。混於杳冥不測之內。至虛至靈。難求難見。雖然外來。實由內孕。先天若無後天。何以招攝。後天不得先天。豈能變通。此乃無中生有。有中生無。無因有激之而成象。有因無感之而通靈。先後二天之氣。如谷之應聲。神仙妙用。只是採取先天真陽之炁以爲金丹之母。點化己身陰氣。以變純陽之體。却從煉己純熟。方得先天造化。玄珠成象。太乙含真。形神俱妙。與道合真。

一　重陽祖師註，清虛道人錄。校對版本：《道藏輯要·胃集二·附錄五篇靈文》

此皆自然而然。不假一毫作爲也。

玉液章第一

神不離炁。炁不離神。呼吸往來。歸乎一源。不可著體。不可運用。委志虛無。寂然常照。身心無爲。而神炁自然有所爲。猶天地無爲。萬物自然化育。工夫已久。静而生定。神入炁中。炁與神合。五行四象。自然攢簇。精凝炁結。此坎離交媾。初静之功。純陰之下。須用陽火煅煉。方得真氣發生。神明自來矣。

産藥章第二

神守坤宫。真火自來。坤宫乃産藥川源。陰陽交媾之處。若不得真火煅煉。則金水混融。若不專心致志。則陽火散漫。大藥終不能生。先天何由而得。煅煉之久。水見火自然化爲一炁。薰蒸上騰。河車搬運。

周流不息。真精自此而生。元炁胚胎於此。呼吸相含。脉住氣停。靜而生定。大定之中。先天一炁自虛無中而來。是以先天母炁而伏後天子炁順其自然。不可欲速。先天自發也。混沌之初。天地未判。玄黃相雜。時至氣化。定中生動。只這動處。方知造化。若有一物。或明或隱。不內不外。此是大藥始萌。不可遽採之。若有一毫念起。天真遂喪矣。

採藥章第三

神守乾宮。真炁自歸。乾宮乃造化之源。生身受炁之初。知之修煉。謂之聖人。始則凝神於坤。煅煉陰精。化爲陽炁。薰蒸上騰。河車搬運。週流不息。次則凝神於乾。漸煉漸凝。漸聚漸結。結成一顆玄珠。大

二 米晶子注：多看

如黍米。恒在目前。一得永得。先天虛無真炁。自然歸之。待其鉛光閃爍。如月之象。汞氣飛揚。如日之象。不時日月交合一處。一點靈光。圓陀陀。光爍爍。照耀上下。內真外應。先天之炁。自虛無中而來。是以母炁。而伏子氣。自然感合造化之妙。藥從外來。非假存想。初煉丹時。便向水中求之。終落頑空。畢竟無成。須以我之真炁。而感天地之至精。當以陽燧。方諸水火感通之理。推之自得。當其日月交光之候。先天適至之時。泥丸風生。慾海波澄。此身如在萬丈海中。不知有水。不知有火。不知有天地人我。渾如醉夢。正是龍虎交會之際。金木相啖。水火相激。景象發現。迅如雷電。忽忽採取。其採取之妙。如發千鈞之弩。惟用一寸之機。似採非採。不採實採。乃爲真採也。

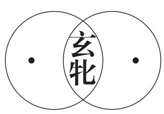
得藥章第四

神守玄宮。意迎牝府。[三]神意相合。先天自得。恍恍惚惚。杳杳冥冥。一點紅光。閃入下元。己之真炁。噏然湊合。陰乃抱陽。陽乃激陰。至精發現。海泛浪涌。自太玄關升入泥丸。化爲金液。吞入腹内。香甜清爽。萬孔生春。遍體生光。至此乃是乾坤交媾。一得永得之妙。全在防危慮險。即當牢封固閉。勿令滲漏。以便温養。

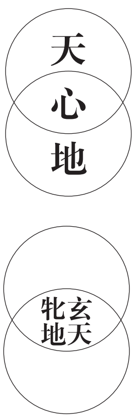
温養章第五[四]

神守黄房。金胎自成。黄房乃乾之下坤之上。規中之妙。十二時中。

三　米晶子圖注：神守玄宮。意迎牝府。



四　米晶子圖注：



念茲在茲。含光藏耀。行住坐卧。綿綿若存。如鷄抱卵。如龍養珠。抱元守一。先天元神元炁。刻刻相合。漸漸相化。但安神息。不運火而火自運。百日功靈。十月胎圓。陰魄自化。陽神出現。千日之後。温養火足。剝盡群陰。體變純陽。嬰兒現象。身外有身。形如煙霞。神同太虛。隱則形同於神。顯則神同於氣。步日月而無影。貫金石而無碍。温養三年之後。嬰兒老成。不可遠離。直至九年。與太虛同體。形神俱妙。與道合真。天地山川。有時崩壞。惟吾之道體。浩劫長存。潛伏人間。積功立行。提挈天地。把握陰陽。所以陰陽不能鉤鑄也。天仙之道。斯乃畢矣。

王重陽祖師授七真五篇靈文終

邱長春祖師語錄 一

師住燕京天長觀時。普説曰。道含天地神統百形。生滅者形也。無生滅者性也。神也。有形皆壞。天地亦屬幻軀。元會盡而示終。只有一點陽光。超乎劫數之外。在人身中爲性海。即元神也。故世尊獨修性學。煉育元神。可以滅。而滅。說法四十九年。住世亦止七十餘載。人不以爲無壽。背痛而示疾。形壞也。血肉之軀也。可以生而生。百千萬億劫。度生無量。又何嘗滅哉。謂佛肉身至今存。可也。若論性不壞。即餓鬼畜生。皆堪成佛。有靈明處是也。心能造形。心能留形。法中有愛住世者。動經千百劫心爲之也。若心根傷壞。轉眼便爲冥途矣。

一 不著撰人。校對版本：明善書局發行，壬申仲春月版《長春祖師語錄》

故有形存而心先死者。六道是也。有形亡而心存者。古來三教聖賢是也。今世祈長生者。不向本命元辰自發大願。乃從仙佛乞靈。是舍本而求末矣。究竟於我何與哉。吾宗所以不言長生者。非不長生。超之也。此無上大道。非區區延年小術也。

或問曰。北宗道法。至吾師而大行。全真之盛。振古未有。亦尚神通變化否。師曰。若好尚神通。便非大道。大道極平常。不作奇特想。只要心真。何事不辦。吾侍重陽師三載。未沐一言之誨。若起嗔心。久爲下類矣。惟鞭策之甚。真爲愛我之切。故歸化時。方有此子可教。吾宗賴以大行之語。後復得道兄丹陽馬大師接引。然後還山。煉心育性。三遭魔難而不爲動。沒於洪水而不知。虎臥於旁而不畏。初心真。久之心空。心空性見。[二]而大事畢矣。遂出山度世化人。帝王禮拜。三

二　米晶子摘：初心真。久之心空。心空性見

宮奉侍。燎望問道。至禮也。吾告之以清靜無爲。上帝好生。一代仁厚之風。皆從此二句起。上親書袍領。命藏諸内府。世授子孫。勅吾爲大宗師。然吾心未嘗動也。生平不輕受人一拜。拜必答之。未嘗自登師席。黄童白叟。婦寺宰官。候王帝主。一切平等。西域諸方。稱吾爲震旦活沸。聲教所及。要荒無間。自古全真之盛。未有及此。此豈有所作爲乎。不過性海中一點浮漚耳。天人[三]自然感應。不尚神通。宮中有妖物。百法不靈。天師束手。請問於吾。吾時在山中。静中微作念。彼物已攝道光法鏡中。初不用雷神將帥符圖印訣也。邪不勝正。理也。吾存其理而已。

師示衆曰。吾宗前三節。皆有爲工夫。命功也。後六節。乃無爲妙道。性學也。三分命功。七分性學。以後只稱性學。不稱命功。方稱命功。

三　米晶子注：天人乃真意性也。

有爲之事也。功者工也。有階有級。性何功哉。佛祖也只完得性學而已。今世人貪生之甚。希慕長生。究無長生者。心不真也。雖極勞生以養形。爲形起見。總屬私心。不合天心。何能上壽。學人宜體驗吾旨。誓發無上之心。即爲無上之身。四

或問曰。弟子根性下劣。堪學道否。師曰。吾西游記首。言凡有七竅者。皆可成真。吾子只六竅耶。

師示衆曰。世性用實。大道用虛。惟虛故明。明即慧也。五 慧非根生。心定而凝。心凝神現。性見人成。人非塊然者。元始與威音。六 若將二老作玄虛。是亦沉淪之下士也。要知有此心。即有此性。二老不加。人亦不減。二老爲出世師。學者爲輪轉鬼。可不痛哉。要其間不過迷

四 米晶子注：重看。

五 米晶子摘：大道用虛。惟虛故明。明即慧也。

六 米晶子注：此篇多看

悟之殊耳。百計以養身。即百計以昧心。心昧則性迷。性迷則神役九幽矣。究之身不過數十年。而神之迷晦。動經千劫。一息之迷。即爲一年。若迷一日。已爲三萬六千朝矣。其他可類推也。若真能見性。即垂死一刻。亦能破百千萬劫之幽暗。況五官清明。四肢强健時乎。學者急須止念。念止則心定。心定則慧光自生。慧既生矣。還須自涵於不睹不聞無聲無臭之中。久之方返於虛無真境。今學人皆理解。非心解也。皆識光。非智光也。此所以輪轉人天。漂流六道。若造惡之人。并無光彩。止有惡氣厲氣。眼光一落。全體皆陰。[七]墮入豐都矣。千佛出世。不通懺悔者。彼自無光。何能承佛光接引哉。學者現有外光。機在目也。太陽流珠。常欲去人。順也。逆而內之。金華涵苞矣。有內光。迷而失之。六欲牽也。妄想驚其神也。不能片時清淨。爲有無

七 米晶子摘：眼光一落。全體皆陰。

顛倒耳。悟而超之。破除無始習氣。尋取最初種子。光爍圓陀也。哀哉

知者鮮矣。悟者尤鮮矣。吾不敢望悟者。得見知者斯可矣。

或問曰。知與悟有不同乎。師曰。十分知及處。即是悟境。知爲下手。

悟爲究竟。曰。假如放下萬緣。一念不動。可是否。師曰。是體也。

還有用在。

師示衆曰。人身一念一動爲一劫。此內外合也。內一劫。外一劫應之。

迷則刹那萬劫。悟則萬劫刹那。心上本無歲月也。

師示衆曰。學人但能回光。即了生死。此光超日月。透三界。若無此

光。天地亦冥頑不靈矣。萬物何處發生。此光。即元始威音也。八衆生

輪迴者。因此光順出。作種種妄想。故幻出皮囊。積骸如山。積血如

海。今一句說破。人身兩目外。皆死物也。一目中。元精元氣元神皆在。

八　米晶子摘：學人但能回光。即了生死。光即元始威音也

可不重歟。眼光落地。萬古長夜。人在胎中。先生兩目。其死也。先化兩目。昔觀音大士八十一化。極其變現。而目不動。佛之神威不能變在此處。衆生倒能變。未死時而目已變種種矣。哀哉。[九]

或問曰。回光與金丹工夫。是一是二。師曰。回光不止金丹。即宗門真訣也。摩頂者此也。受記者此也。楞嚴二十四位圓通。原有諦觀鼻端。心空漏盡。出入息化爲光明。證菩薩果。吾宗皆是此法。曰。每日將一時回光。可乎。師曰。極少三時。曰。假如有俗冗。止能一時回光。何如。師曰。真正一時也妙。一時已奪天地萬年之數。一日奔馳光散。即造羅豐千劫幽暗之獄。故冥界無甲子。動以千萬劫計。算數所不能及。

或問曰。佛說往生西方。蓮池中有姓名耶。師曰。不論姓名。華池即

九 米晶子注：多看

方寸也。蓮苞即性光也。[一〇]身中現有佛國。曰。若是則淨土爲烏有矣。師曰。又是實有的。少不得以心造。以心應。或問曰。弟子欲誦金剛經五百卷以超度亡靈。何如。師曰。金剛經亦止念之一端。亦超度亡靈之一大法門也。只要真能止念。誦四句偈已完。曰。請問四句偈。師曰。是如夢幻泡影。曰。或以無我相。無人相。無衆生相。無壽者相。作四句何如。師曰亦可。曰。或以有句無句。非有非無句。即有即無句。作四句何如。師曰亦可。惟拘不得。所以爲妙。若拘定某句是四句。即着諸相矣。

或問曰。能仁謂之釋迦。如何是仁體。師曰。仁者生也。一點生機。鳥啼花放。山色波光。俱爲造化。含之皆爲真地。舒之盡是陽春。一念不生爲仁體。萬念皆圓爲仁用。空則化。圓則通。通則四維上下虛

一〇 米晶子摘：華池即方寸也。蓮苞即性光也。

空。往古來今。不外吾腔子矣。不特地獄餓鬼畜生可憫。直視夫人亦爲雪涕。回視多生眷屬。多生冤仇。俱在慈光覆陰之中。到此方是能仁。方證如來果位。今從一枝一節起者。皆非大道。曰。弟子於靜中覺得大千如一室。萬劫如一時光景。可以謂之仁乎。師曰。總不在擬議得之。心上實實行去可也。今日天氣清和。晴光正好。可各行樂。無負良辰。况明師勝友。樂莫大焉。發揮精神。百病不生。即此也是仁用。

師示衆曰。吾宗惟貴見性。而水火配合其次也。大要以息心凝神爲初機。以性明見空爲實地。以忘識化障爲作用。回視龍虎汞鉛。皆法相而不可拘執。反此便爲外道。非吾徒也。

師示衆曰。學人既有入路。即宜退藏於密。直從念頭上洗剥。天理愈微。益見人心之難克。人欲將净。反見天心之杳渺。可參之。可參之。

或問曰。弟子欲辭家學道。奈世緣未了。功名未成。再遲數年何如。

師曰。子既欲嗣吾宗。名利二字。須要先淡。吾意子欲道。宰相之位

可辭。吾之求人。甚於人之求我。各人勉諸。不然。他日無由見我。真鬼殊途。光陰如電。一彈指而白髮星星矣。增一年。去鬼日近。色身易壞。真性未修。如何。如何。

邱長春祖師語錄終

清静元君坤元真經[1]

爾時元君在華陽洞天，與諸天延那仙姑、十二溪女，説坤元妙經曰：『天陽地陰，天動地静。乾行坤順，元亨利貞。乾道成男，坤道成女。獨陰不長，獨陽不生。剛柔得其中庸，水火始能既濟。孕生萬物，蓋載蒼生，慈忍無争，敬順輔相。是故居母道之仁，爲後元之配，致功論化，其道一焉。自辟乾闔坤以來，有聖母，有后土，有天姆，有女媧，有斗母，有佛姆，有元君，有王母，有仙姑，有玉女，至于麻姑天妃，天女玄女，無極女仙，女菩薩，比丘尼，那延溪女，紫姑湘妃，洛神巫女，雹母青娥，素女織女，皆以坤元柔順，修真得道，證明高果，

[1] 不著撰人。校對版本：華夏出版社2009年版《吕洞賓全集》卷二十附《清净元君坤元經》。

是與天元同氣不二。今善女人，各具坤元，咸能入道。俱以修力，可證極樂妙果，萬劫常存。若以己身礙漏難修，則其心原無走漏，汝何自蔽？無始以前，何有色相，何有身迹？惟一惟空，原無二心，汝何修身？汝何弃心？如能返思其元，更有修真捷徑。我今爲汝女衆，説是捷徑，汝當諦聽。夫乾道動，坤道静，欲修性命，務須從静。汝今原静，又何以修？坤道濁，乾道清，欲修性命，務須從清。惟能以濁修清，是以入道證果。吾今爲汝説是修清之道，夫清濁雖别于形質，而本元出自心神。汝欲心静神清，務修其性。能悟修性，便是立命。汝能悟者，即是汝性。汝性非性，汝心非心。心即是心，性即是性。性非汝心，心非汝性。若問汝性，性即説性。若問汝心，心即説心。心無所心，性無所性。亦非無性，亦非無心。性亦非心，心亦非性。性無有心，心無有性。性本無心，心本無性。心若有性，即非道心。性若有心，即非道性。道性我性，道心我心。是真實性，

是妄想心。性若真實，即見道性。心若妄想，即非道心。雖曰道心，又有云說，名何云心？有肉團心，有虛靈心。此虛靈心，是名何心？是真道心，是真實心。彼肉團心，是名何心？是非道心，是妄想心。汝能剔肉團心爲虛靈心，悟非道心爲真道心，破妄想心爲真實心，加以勇猛心、精進心，除却煩惱心、礙障心，惟障礙心是執著故。欲除執著，務加金剛心，虛空心，死了心，不動心，智慧心，堅固心，圓滿心，成就心，菩提心，慈悲心，歡喜心，如是諸心，是名道心。能明道心，心即是道。若入是道，務守是心。若遇色相，如如弗動。若遇患疾，如如不變。若遇霹靂，如如不驚。若遇是非，如如不亂。若遇刀斧，如如不懼。若遇死亡，如如不壞。惟是不壞，即是不死；惟是不死，即是道心。惟是道心，即是修道；惟是修道，即是修性。性若無明，非是真性。捨此真性，更何有心？捨此真心，更何有

道？是故神通智慧，皆從心道而生；清靜虛靈，皆自性道而出[二]。三寶一而無二，四大總是幻空。務向濁處存清，惟自靜中防動。能防其動，即明其性；能明其性，即守其心。心若常修，六賊難入。惺惺覺察，五蘊何來？智慧光明，恍朗純和，性明命立。以鉛制汞，賴土成功；以汞投爐，幽潛真默。煉形化炁，煉炁歸神，煉神還空，即是本來。又何劫之不存，何果之不證，何身之有漏，何心之有障，何道之有二哉！汝善女人，又何疑之不修哉！』于是元君說是經已，告諸仙衆：

『吾今所說不二之旨，吾曾拜受于玄女元君，貞一坤元[三]，無上妙道，爲汝善女人道海津梁。即有善男子，亦不離是。吾今恐汝暗昧疑退，再說偈曰：男女本一炁，清濁動靜异。女人欲修真，切使真元聚。陰中有元陽，存清弗以弃。明此色與欲，本來無所累。屏除貪嗔痴，割斷

二　米晶子注：道即性，性即道。

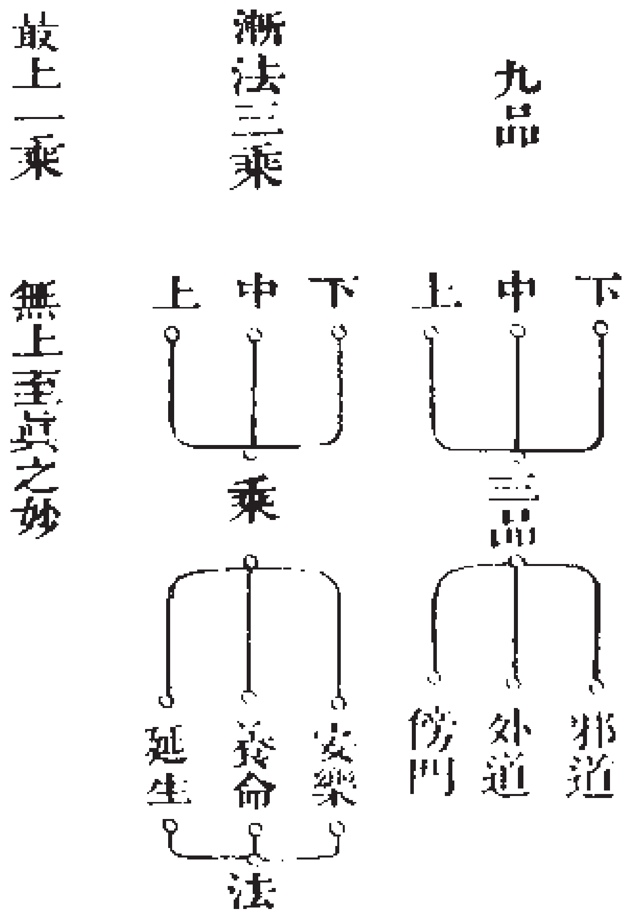
三　米晶子注：貞一坤元，貞乃坤體。

憂思慮。去濁修清性，不隨諸惡趣。靜寂守無爲，我即男子具。無無無形身，有有有無意。內視色聲空，色空俱絕離。仗土爲坤基，一陽本自地。鉛汞固不同，炁神無二義。渺渺空靈心，心神能爲制，一炁返春和，飛出雲宵去。偕汝太清游，是曰真如偈。』元君說是偈已，諸天延那天女、十二溪仙，香雨散花，寶珠纓絡，洞章飛舞，歡喜信受，贊嘆希有，禮謝而退。

按：元君孫氏，道諱不二，號清靜散人，寧海人也。生于宋徽宗宣和元年己亥正月初五日。幼適丹陽馬宜甫，生三子。重陽以分梨十化，夫婦棄家修道。出家于洛陽山洞，互相黽勉，金丹道就，夫婦同升。二月二十九日冲舉，封清靜淵真玄虛演化順化元君。七真之一也。

清靜元君坤元真經終

三乘丹法[一]



道家丹經真偽雜陳魚目混珠使讀者不易辯認即其修煉法訣又不知何從李道純真人將丹法

一　李道純著。校對版本：《道藏輯要》昴集八《中和集·試金石》

分爲三類傍門九品漸法三乘最上一乘

在傍門九品中又分邪道外道傍門三類每類又分爲上中下三品共九品均爲不入大道者在漸法三乘中以下乘爲安樂法門中乘爲養命法門上乘爲延生法門其最上一層才是無上至真妙道雖其分别或有强調之處但旨在爲修煉者之有所警惕茲分錄於左[二]

傍門九品

下三品

御女房中三峰採戰食乳對爐女人爲鼎天癸爲藥産門爲生身處精血爲大丹頭鑄雌雄劍立陰陽爐謂女子爲純陽指月經爲至寶採而餌之爲一月一還用九女爲九鼎爲九年九返令童男童女交合而採初精取陰中黍米爲玄珠至於弄金花弄金槍七十二家强兵戰勝多入少出九淺一深如此邪謬謂

二 米晶子抄本

之泥水丹法三百餘條此大亂之道也乃下品之下邪道也
又有八十四家接法三十六般採陰用胞衣爲紫河車鍊小便爲秋石食自己
精爲還元揑尾閭爲閉關夫婦交合使精不過爲無漏採女經爲紅圓子或以
五金八石修煉爲丸令婦人服之十月後産肉塊爲至藥採而服之如此謬術
不欲盡舉約有三百餘條乃下品之中外道也
又有諸品丹竈爐火燒熱五金八石勾庚乾汞點茅燒銀撥灰弄火至於靈砂
外藥三遜五假金石草木服餌之法四百餘條乃下品之上外道也
右下三品共一千餘條貪淫嗜利者行之

中三品

休糧辟穀忍寒食穢服餌椒朮曬背卧冰日持一齋或清齋或食物多爲奇特
或飲酒不醉爲驗或減食爲抽添或不食五味而食三白或不食煙火食或飲
酒食肉不籍身命自謂無爲或翻滄倒海重重揑怪乃中品之下也
吞霞服氣採日月精華吞星曜之光服五方之氣或採水火之氣或存思注想

遨游九州爲運用或想身中二氣化爲男女象人間夫婦交採之狀爲合和一切存想種種虛妄等法乃中品之中也

傳受三歸五戒看誦修習傳信法取報應行考赴取歸程歸空十信三際九接瞻星禮斗或持不語或打勤勞持守外功已上有爲乃中品之上漸次近道也

右三品一千餘條行之不怠漸入佳境勝別留心

上三品

定觀鑒形存思吐納摩撫消息八段錦六字氣視頂門守臍蒂吞津液攪神水或千口水爲活或指舌爲赤龍或擦身令熱爲火候或一呵九摩求長生或鍊稠唾爲真種子或守丹田或兜外腎至於煮海觀鼻以津精涎沫爲藥乃上品之下也

閉息行氣屈伸導引摩腰腎守印堂運雙睛搖夾脊守臍輪或以雙睛爲日月或以眉間爲玄關或叩齒爲天門或想元神從頂門出入或夢游仙境或默朝上帝或以昏沉爲入定或以數息爲火候或想心腎黑白二氣相交爲既濟乃

上品之中也

般精運氣三火歸臍調和五臟十六觀法固守丹田服中黃氣三田還返補腦還精雙提金井夾脊雙關握固内視種種般運乃上品之上也

右三品一千餘條中士行之亦可却病

漸法三乘

下乘者以身心爲鼎爐精氣爲藥物心腎爲水火五臟爲五行肝肺爲龍虎精爲真種子以年月日時行火候嚥津灌溉爲沐浴口鼻爲三要[三]腎前臍後爲玄關五行混合爲丹成此乃安樂之法其中作用百餘條若能忘情亦可養命與上三品稍同作用處别

中乘者乾坤爲鼎器坎離爲水火烏兔爲藥物精神魂魄意爲五行身心爲龍

三　米晶子抄本『耳目口爲三要』

虎氣爲真種子一年寒暑爲火候法水灌漑爲沐浴内境不出外境不入爲固濟太淵絳宫精房爲三要泥丸爲玄關精神混合爲丹成此中乘養命之法其中作用數十條與下乘大同小異若行不怠亦可長生久視

上乘者以天地爲鼎爐日月爲水火陰陽爲化機鉛汞銀砂土爲五行性情爲龍虎念爲真種子以心鍊念爲火候息念爲養火含光爲固濟降伏内魔爲野戰身心意爲三要天心爲玄關情來歸性爲丹成和氣薰蒸爲沐浴乃上乘延生之道其中與中乘相似作用處不同亦有十餘條上士行之始終如一可證仙道

最上一乘

夫最上一乘無上至真之妙道也以太虛爲鼎太極爲爐清静爲丹基無爲爲丹母性命爲鉛汞定慧爲水火窒慾懲忿爲水火交性情合一爲金木併洗心滌慮爲沐浴存誠定意爲固濟戒定慧爲三要中爲玄關明心爲應驗見性爲

凝結三元混一爲聖胎性命打成一片爲丹成[四]身外有身爲脱胎打破虚空爲了當此最上一乘之妙至士可以行之功滿德隆直超圓頓形神俱妙與道合真

三乘丹法終

四 米晶子注：元精、元炁、元神，爲三元合一，爲丹成。

改变，从心开始

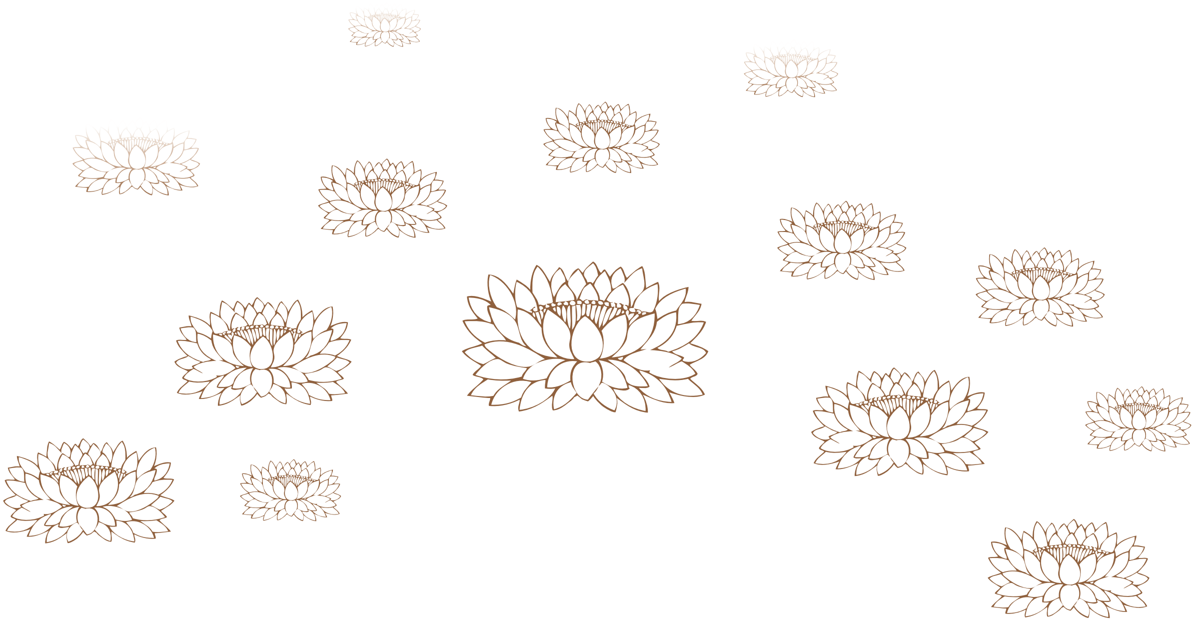
立 品 图 书 · 自觉 · 觉他
www.tobebooks.net
出 品

炁體源流

米晶子 编著

深圳报业集团出版社

遍地金蓮一起開就在目前



目录

南宗聖典選録……二一三
悟真篇序……二一三
丹房寶鑒之圖……二一三
挨排四象生真土詩……二一六
鍊鉛火候……二一六
火記六百篇……二一六
沐浴……二一七
抱一……二一七
七言四韻……二一七
西江月……二二七
七言四韻詩一十六首……二二八
丹基歸一論……二二八
内三要……二二九
外三要……二三〇
體道章……二三一
鉤鎖連環經……二三一
谷神不死論……二三五
金丹藥物直指圖……二三七
内丹三要……二四二
玄牝……二四五
藥物……二五〇
火候……二五四
後序……二五七
太上修真玄章……二五八
一炁化生章第一……二五八
性命根蒂章第二……二五九
先天後天章第三……二六〇
形神玄用章第四……二六一
金丹作爲章第五……二六一
虚無生化章第六……二六二

修鍊三治章第七……二六三
神氣交媾章第八……二六三
動静升降章第九……二六四
鍊爐成神章第十……二六五
悟玄篇序……二六六
悟玄篇……二六七
形化……二六八
氣化……二六九
坐工口訣……二七一
火燥水濫……二七一
沐浴……二七二
玄關一竅……二七二
藥物……二七三
火候……二七三
中宫……二七三
抱一……二七四
出神名曰解胎……二七四
玄關一竅……二七四
初下手……二七六
註呂祖百字碑……二八〇
三丰全集選摘……二八五
道情歌……二八五
打坐歌……二八六
鉛火歌……二八八
無根樹道情二十四首……二八八
返還證驗説……二九五
一粒黍米説……三〇〇
登天指迷説……三〇三

天仙正理直論增注……三〇六
直論九章……三〇六
先天後天二炁直論第一……三〇六
藥物直論第二……三一五
鼎器直論第三……三二四
火候經第四……三三〇
煉己直論第五……三六六
築基直論第六……三七四
煉藥直論第七……三七七
伏氣直論第八……三八四
胎息直論第九……三九〇
直論起由……三九六
後跋……四〇三
七日採大藥天機……四一四

張紫陽八脉經……四一七
李涵虛真人後天串述……四一九
正道禪機直論……四二三
短摘滙宗……四二七
伍冲虛子自序……四二七
有爲無爲……四二八
大藥服食……四二九
煉己直論……四三〇
成道初迹……四三〇
天心真意……四三〇
集説慧命……四三一
北斗藏身……四三二
性命動静……四三三

正道功夫……四三四
大道……四三五
止火……四三五
金丹之道……四三七
運動坤火……四三九
欲色天……四四〇
守中之理……四四一
神胎……四四二
五龍捧聖……四四三
沐浴……四四三
炁歸元海……四四五
漏盡圖……四四五
任督二脉圖……四四七
命竅之炁……四四九
真炁……四五二
爐鼎……四五四
元神……四五四
和合凝集……四五四
秘密……四五六
藥産……四五六
意炁……四五七
乾坤……四五八
法輪……四五九
元神……四五九
丹田……四六〇
火候……四六一
元機……四六一
真陽神……四六二
元中有元……四六二
護念久住……四六三
心性命……四六四
元神　心神……四六五

生身之道……四六六
心悟偈七首……四六八
亳州老君碑……四七一
附錄……四七二
太虛循環圖……四七二
字表（來源：新華字典）……四七三
校編說明……四七八
校編相關書目……四七八

南宗聖典選錄[1]

悟真篇序[2]

丹房寶鑑之圖

真土

土無正形
挨排四象
生真土金
液大還丹

狀

若明窗塵
若黍米
若玄珠

陽 ☰

精 玄門 神



☲

震龍
曾青

柔二南赤日火午
表 己土 朱雀 金烏 火龍
日魂 烏肝 朱砂 窈冥
崑崙 成數七
震龍木雨青東三甲
曾青成數八雷電

陰 ☷

氣 牝戶 血



兌虎
白錫

☵

金風白西四庚
成數九山澤
剛一北黑月水子
裏 戊土 玄武 玉兔 金虎
月魄 兔髓 黑錫 恍惚
曲江 成數六

一 校對版本：玉蟾宮管理委員會出版《南宗聖典》

二 摘自《南宗聖典・初祖紫陽真人・悟真篇・悟真篇序》

汞

参 妻 臣 水銀 流珠 玉液 神水 姹女 玄女
木液 白雪 碧眼胡兒 青衣女子 東海青龍
交梨 浮 陰火白 賓客 民子 天魂 丹基
黑龜精 陽中真陰 下弦銀半斤

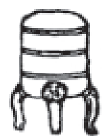
已上汞之異名

鉛

金丹 大丹 内丹 還丹 神丹 真鉛 大藥 嬰兒 谷神 聖胎
刀圭 七返 玉壺丹 紫金丹 絳雪丹 赤赫金丹 龍虎大藥
金液還丹 玉液還丹 九轉丹 紫金霜 真黄芽 真陰陽 真玄牝
真父母 真龍虎 真種子 真主人 真鉛汞 真一 宇宙之主 秋石
河車 金公 金妃 陽丹 金鼎君 黄男 三五一 美金花 摩尼珠
白馬牙 水中金 玉蘂金砂 神符白雪 龜精鳳髓 兔髓烏肝
日魂月魄 壺中日月 先天地精 太一含真氣
商 夫 君 金液 金華 玉池 華池
嬰兒 黄男金精 黄芽 白頭老子 素練郎君
西山白虎 火棗 沉 黄芽鉛 主人 父母
地魄 丹母 赤鳳髓 陰中真陽 上弦金八兩

已上鉛之異名

懸胎鼎



鼎周圍一尺五寸，中虛五寸，長一尺二寸。狀似蓬壺，亦如人之身形。分三層，應三才。鼎身腹通直，令上中下等均勻。入鑪八寸，懸於竈中不着地，懸胎是也。又謂之朱砂鼎，張隨注云又名太一神爐。

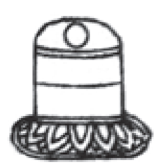
鐵牛圖



滿庭芳

真鐵牛兒，形容醜惡，性剛偏好爭馳。人人皆有，那箇解牽騎。種就黃芽滿院，更須用，神水澆之。中宮裏，若無此獸，安得似嬰兒。乾坤真動靜，生成家活，總賴於伊，饑飡虎髓，渴飲水銀池。夜半牽車進火，霞光迸，海底騰輝。牧童笑，華池宴罷，乘箇月明歸。

偃月鑪



鑪面周圍約一尺二寸，明心，橫有一尺，立唇，環匝二寸，唇厚二寸，鑪口偃開鍋釜，又如仰月狀，故名偃月鑪也，張隨注云：又名威光鼎也。

挨排四象生真土詩

東方青龍西白虎，南面朱雀北玄武。
四獸猙獰不可當，定計將軍能作主。
兩手擒來合戰時，正見中秋月當午。
殺氣驚天動鬼神，用盡周星震區宇。
須臾戰罷兵器收，產顆明珠號真土。

鍊鉛火候

三十文爻七十武，二百六十分明數。
首尾須教用武烹，中間文火温温煮。
鑪中鍊出五彩光，赫赫一粒大如黍。
將來掌上和殻吞，逍遥永作真仙侶。

火記六百篇

火記六百篇，十月如轉轂。朝昏各一卦，屯蒙相趁逐。

子時發陽火，二百一十六。午時起陰爻，十八八個足。
鉛消汞自乾，熏蒸丹已熟。陰盡變純陽，體貌如瓊玉。

沐浴

刑德同生殺，加臨二八門。丹砂宜沐浴，神水灌靈根。
閉兑留金汞，禁關養魄魂。不須行火候，鑪裏自温温。

抱一

國富民安後，修成體屬乾。凝神歸妙道，抱一守丹田。
去住渾無礙，升騰任自然。九年功滿日，獨步大羅仙。

七言四韻 凡一十六首

一

不求大道出迷塗，縱負賢才豈丈夫。
百歲光陰石火爍，一生身世水泡浮。
只貪利祿求榮顯，不顧形容暗悴枯。

試問堆金等山嶽，無常買得不來無。

二

人生雖有百年期，壽夭窮通莫預知。
昨日街頭猶走馬，今朝棺内已眠屍。
妻財遺下非君有，罪業將行難自欺。
大藥不求争得遇，遇之不鍊是愚痴。

右二章真人以此感悟世人，唯恐或後，故列之于首。

三

學道須是學天仙，

葉士表曰：仙有千種，天仙者，形神俱妙，與道合真，聚則成形，散則成氣。學此道者，當内外虚明，表裏瑩徹，如立一塵，則成滲漏。

唯有金丹最的端。

李筌曰：還丹之術百數，此謂金丹者，金液大還丹也。○《參同契》曰：金來歸性初，乃得稱還丹。蓋金爲藥母，金吐其液復還丹田，謂之金液還丹也。○魏師呂《先天大學書》曰：夫金丹者，先天一氣之祖，後天而生兩儀三才，萬物之母。《易》曰：乾元者，始而亨者也。萬物資之以始，能以美利利天下，而不言所利者，有剛健中正純粹之德。功成退位居偏。乾居亥位，寄體北方水中，坎之中爻是也。聖人能返而歸根復命，與元神道合，生生無窮，總括萬象，謂之得一，故强名曰丹，非法術也，是乾道變化，陰陽不測之謂也。象易太極無上至真之妙，包含性命之宗。《內易》曰：中爻之義，是謂造化。《金碧經》曰：神室者，丹之樞轄，在坎離一二數。○《參同契》曰：金來歸性初，乃得稱還丹。謂之金液歸真，形神俱妙之道，至簡至易，一得永得。所以萬論千經，能變化自然生神，得其口訣，雖至愚小人，立躋聖位。是以天機祕惜，不許授之非人，輕泄妄傳，殃及九祖。是知金丹者，無上至真之徑路也。黃帝修之，以登雲天，後世成真合道，頓超生死，盡因金丹而成。○真人曰：屈指從今飛步者，

盡因金液出塵寰，即此義也。

二物會時情性合，五行全處虎龍蟠。

真一子曰：金者，情也。水者，性也。金生于水，猶情生于性，水隱于金，猶情復于性。或曰金爲母，何得謂之情邪？而《參同契》曰：金爲水母，母隱子者是也。交會則金水混融，金聚則虎龍蟠結，故下章云：既驅二物歸黄道，争得靈丹不解生。○《參同契》曰：坎爲水、爲月，在人爲腎。腎臟生精，精中有正陽之氣，炎昇于上，精陰氣陽，故鉛柔而銀剛。虎性屬金，而金能生水，顛倒取之，母隱子胎，故虎向水中生也。虎乃配鉛，陰中之陽也。離爲火、爲日，在人爲心。心臟生血，中有真一之液，流降于下，血陽液陰。故砂陽而汞陰。龍性屬木，而木能生火，顛倒取之，故母隱子胎，龍從火裏出也。龍亦配汞，陽中之陰也。

本因戊己爲媒娉，遂使夫妻鎮合歡。

葉士表曰：坎離納戊己，戊己坎離中氣。言前二物因中氣升降，生成配合也。○無名子曰：戊己屬土，謂之黄婆。龍虎金木，間隔東西，黄婆使之會合，豈非媒娉乎？

只候功成朝北闕，九霞光裏駕祥鸞。

四

此法真中妙更真，都緣我獨異于人。自知顛倒由離坎，誰識浮沉定主賓。

葉士表曰：五位相得，而名有合。乾納甲壬，一九成十，坤納乙癸，四六成十，艮丙震庚，三七成十，巽辛兑丁，二八成十，坎離戊己，共得十五。顛倒上下不變，所以顛倒升降皆由之也。鉛沉汞浮，沉者爲主，浮者爲客。○袁公輔曰：惟其如此，是以古之真仙上聖，皆知陰陽顛倒在坎離兩卦，但世罕有識得浮沉主賓者。故高象先云：舉世無人識河車是也。

金鼎欲留朱裏汞，玉池先下水中銀。

葉士表曰：此言浮沉主客也。離火生汞，坎水生金，汞因鉛結，鉛制汞伏，乃子母相應

也。○《參同契》曰：河上姹女，靈而最神，得火則飛，不見埃塵，鬼匿龍潛，莫知所存，將欲制之，黄芽爲銀。真一子曰：黄芽，鉛也，此兩句正應得上文顛倒坎離之説。○《大易誌圖》曰：陰中有陽者，象鉛中有陰也。黄芽産于河車之中。歌曰：黄芽鉛汞造，陰殼含陽華。篇意謂：必先驅龍下就虎之氣，然後方得二氣交合，可以施功鍛鍊，結成真一之精也。

神功運火非終夕，現出深潭日一輪。

葉士表曰：天地運神功以生萬物，人能法天地以運符火，不待旦夕之間，元海陽光生也。真人謂：一時辰内管丹成。即此義也。○無名子曰：火即二弦之氣，非終旦者，明一時之中金丹之成也。此法外藥法象也。

九

勸君窮取生身處，返本還元是藥王。

葉士表曰：人受生之初，在胞胎之内，隨母呼吸，受氣而成。及乎有生，剪去臍蒂，一點元靈之氣聚于臍下。日復一日，神出氣離，離其本源，驅馳外務，不知返本還元之道。聖人指性命之根，令人收神聚氣，還返往來，歸根復命也。○袁公輔曰：世人妄認父母精血爲本來面目、生身之處，非也。殊不知，人稟先天一炁而生，須認母之母，識真鉛之祖宗可矣。且如稻遇六月至午時開花，其中有精，如一點水，便是戊己，一感真陽之炁，隨即結秀，百日成熟。所以世人日食無厭者，蓋稼穡作甘，洪範爲土，能資培一身。不酸，不辛，不苦，不鹹，甜淡其味，加之日飡茗飲、果菜之類，皆一炁也。既集欲散，故男子自二八而真精泄，女子自二七而天癸降，然後有夫妻之欲，一有感合，則結成胎孕。子在胞中，隨母呼吸，受氣而成。十月數周，胎完氣足，靈光入體，脱出其胞。及乎剪去臍蒂，一點元靈之氣聚于臍下，日復一日，神出氣移，虧散真源，離其本根，終致死壞耳。真人愍夫世人流浪生死，沉溺愛河，作爲歌詩，直指性命之根，以勉世人。其意若曰：始因父母二氣，無質生質，既長養成大，聰慧明辯，豈不能自有爲而之無爲乎？今也既解生身之處矣，欲要返本還元，超凡入聖，非得真汞真鉛不可。○象川翁曰：

真龍真虎者，二八是也。真鉛真汞者，一弦氣是也。但學者多以旁門小徑、非類之物爲鉛汞，故仙翁直指所産之處，返此之本，還此之元，爲藥王也。三

十

好把真鉛着意尋，莫教容易度光陰。

葉士表曰：鉛者，北方正炁，一點初生之真陽，爲藥母也。太上曰：以鉛爲君，以汞爲臣，鉛若不真，汞亦難親。故鉛爲造化之主。四

但將地魄擒朱汞，自有天魂制水金。

袁公輔曰：欲得真鉛，但將地魄擒朱汞，陰求陽也，便見天魂制水金也，乃陽求陰也。

十一

黄芽白雪不難尋，達者須憑德行深。四象五行全藉土，三元八卦豈離壬。

三 米晶子注：爲有土能茲一身。真鉛乃造化天地萬物之主。

四 米晶子注：真一者壬水鉛也。

葉士表曰：四象，青龍、白虎、朱雀、玄武也；五行，金、木、水、火、土也。因坎離戊己而造化。三元，支干納音也；八卦，乾、坤、坎、離、艮、震、巽、兑也。皆不離混沌之中。壬者，妊也。天壬、地癸，會于北方，故萬物妊娠于子。〇袁公輔曰：四象，龍、虎、雀、武也；五行，金、木、水、火、土也。皆非戊己真土，不能攢簇而成丹基。三元，天、地、人也；八卦，乾、坤、坎、離、艮、震、巽、兑也。皆自水數一中生出，故不離于混沌之中。壬者，妊也。天壬、地癸，會于北方，萬物妊娠于子，故金丹亦自混沌中生也。〇無名子曰：壬者，水也，真一之水，即真一之精炁，天地之母，陰陽之根，水火之本，日月之宗，萬物之祖也。

鍊成靈質人難識，消盡陰魔鬼莫侵。欲向人間留祕訣，未聞一個是知音。

十二

草木陰陽亦兩齊，若還缺一不芳菲。初開綠葉陽先唱，次發紅花陰

後隨。

葉士表曰：萬物負陰而抱陽，缺一不可，陽先陰後，如鉛生汞也。〇袁公輔曰：萬物負陰而抱陽，雖草木亦然，缺一不可。初開綠葉，乃陰也，卻是陽先唱；次發紅花，乃陽也，卻是陰後隨。

十三

不識玄中顛倒顛，爭知火裏好栽蓮。

《參同契》曰：金入猛火，色不奪光。日受月化，體不相傷。此言火裏栽蓮，乃陰歸陽室也。〇無名子曰：日離屬陽反是女，月坎屬陰反是男，此顛倒也。此二物顛倒而生，卻以此丹點己之汞而結聖胎，是謂男兒有孕，猶火中栽蓮也。故仙翁《讀參同契》曰：五行逆兮：丹體常靈常存。言水逆而土，土逆而木，木逆而金，金逆而火，火逆而水，此顛倒顛之義也。

西江月[五]

白虎首經至寶，

葉士表曰：首者，頭首也。白虎，金晶也。言金晶自崑崙之上經過，此爲至寶，世人以女子天癸爲首經，非也。〇袁公輔曰：白虎即黑鉛也，中涵真一之水，爲天地衆彙之先，經緯萬物，豈非至寶乎？[六]

華池神水真金。

葉士表曰：華池非口也。凡修丹，鼎中有金母。華池亦謂之金胎神室，乃丹田混元之宮也，中有真一之精，在天爲天一之水。言前金晶乃華池中神水之真金也。

五　摘自《南宗聖典·初祖紫陽真人·悟真篇卷四·西江月》

六　米晶子注：後其身陰者而身先陽也陽先陰後如鉛生汞。

七言四韻詩一十六首[七]

要知黃芽、白雪乃出于形質之外，謂之無中有、有中無、玄中玄、妙中妙、不可思議也。[八][九]

丹基歸一論[一〇]

莫克知陰陽之義如是其祕也。一陰一陽之謂道，道即金丹也，金丹即是也。

如是，如是事矣。[一一]

七　摘自《南宗聖典·初祖紫陽真人·紫陽真人悟真篇講義·七言四韻詩一十六首》

八　真空也乃真一之主。

九　真一者。真乃人之神。一者，人之炁。神炁二者。

一〇　摘自《南宗聖典·四祖翠虛真人·翠虛篇·丹基歸一論》

一一　米晶子抄本

者精光者。慧者神也。精爲光，神爲慧，氣爲鼎。[12]

内三要出《黄帝陰符經》[13]

第一要者，頭，太淵也。天，谷神所居之位是也。上應玄都，萬神會集之鄉。人能開此，谷神自居，真息自定，饑渴自除矣。

第二要者，心，絳宫也。人能虚心凝神，得神氣俱定，息不往來，謂之大定矣。夫神者，天地之元，性命之本，日月之祖，龍虎之首，陰陽之根。每一息動四至，太上言：二十四動爲一刀，二百四十動爲一圭，故聖人謂之刀圭。

第三要者，在兩腎之間，水火之際，謂之地户。此關有神，謂之桃康，上通九天，下通涌泉，真氣聚散，皆從此關。故聖人言：天門常開，

---

[12] 米晶子抄本

[13] 摘自《南宗聖典·四祖翠虚真人·翠虚篇·内三要》

地户永閉。人能會此三要，神氣自然交結。一四

外三要 一五

外三要者，玄牝之門也。口通五臟，出者重濁之氣，屬陰。一切百谷諸味，皆地之精，從口而入，與地相接，謂之地根。鼻通六腑，出者輕清之氣，屬陽，接其天，此乃天根。太上言：玄牝之門，是爲天根。

鼻有兩竅，口有一竅，共三竅。此是神氣往來之門。陽神爲玄，陰息爲牝。此門中有天魂地魄，與我神氣混而爲一，故强名曰玄牝，一物也。

一四 《南宗聖典》注：《陰符經》曰九竅之邪在此。三要正此意也。

一五 摘自《南宗聖典·四祖翠虛真人·翠虛篇·外三要》

體道章[16]

玄之又玄，虛裏藏真[17]，無中生有。衆妙之門。悟由此入用之無窮。

元始天尊曰：玄之又玄，天中之天，开明三境，化生诸天。[18]

鉤鎖連環經[19]

太乙元君曰：金丹即是汞，汞即是鉛，鉛即銀，銀即砂，砂即金，金即錫，錫即水銀，水銀即青金，青金即白金，白金即黑金，黑金即黃金，黃金即紫金，紫金即河車，河車即黃芽，黃芽即白雪，白雪即玉符，玉符即神水，神水即華池，華池即青龍，青龍即白虎，白虎即朱

一六　摘自《南宗聖典・五祖玉蟾真人・道德寶章・體道章》

一七　米晶子注：玄之又玄，是虛裏藏真。真者乃元神。玄之又玄乃真妙有。

一八　米晶子抄本。《元始天尊寶誥・志心皈命禮》中有此文。

一九　摘自《南宗聖典・五祖玉蟾真人・海瓊傳道集・鉤鎖連環經》

雀，朱雀即玄武，玄武即勾陳，勾陳即黃房，黃房即真土，真土即戊己，戊己即金木，金木即水火，水火即卯酉，卯酉即兔鷄，兔鷄即烏兔，烏兔即龜蛇，龜蛇即馬牛，馬牛即乾坤，乾坤即坎離，坎離即雌雄，雌雄即夫婦，夫婦即子孫，子孫即房畢，房畢即日月，日月即天地，天地即人，人即黃婆，黃婆即金公，金公即姹女，姹女即嬰兒，嬰兒即丁公，丁公即赤子，赤子即聖胎，聖胎即三關，三關即金液，金液即玉液，玉液即刀圭，刀圭即丹田，丹田即絳宮，絳宮即泥丸，泥丸即氣海，氣海即腎，腎即心，心即道，道即法，法即術，術即虛無，虛無即自然，自然即運用，運用即火，火即藥，藥即氣，氣即神，神即丹頭，丹頭即大還，大還即七返，七返即九還，九還即金火，金火即紫芝，紫芝即水源，水源即土釜，土釜即金鼎，金鼎即玉爐，玉爐即神室，神室即元壇，元壇即黃庭，黃庭即眼，眼即鼻，鼻即耳，耳即松，松即蟯蜋，蟯蜋即桃，桃即朱橘，朱橘即六賊，六賊

即三尸，三尸即三魂，三魂即七魄，七魄即五神，五神即萬神，萬神即一神，一神即萬寶，萬寶即沐浴，沐浴即抽添，抽添即進退，進退即文武，文武即斤兩，斤兩即吉凶，吉凶即刑德，刑德即存亡，存亡即黑白，黑白即有無，有無即始終，始終即動靜，動靜即寒暑，寒暑即陰陽，陰陽即冬至，冬至即夏至，夏至即望，望即朔，朔即弦，弦即晦，晦即潮候，潮候即月輪，月輪即日華，日華即太一，太一即玄珠，玄珠即四象，四象即五行，五行即八卦，八卦即三才，三才即三光，三光即兩儀，兩儀即太極，太極即太上，太上即混元，混元即無始，無始即無終，無終即元始，元始即一氣，一氣即虛空，虛空即虛無，虛無即混沌，混沌即金丹。

老君曰：得其一，萬事畢，畢其萬，一事辦。

張紫陽曰：鉤鎖連環，相續不斷，道無終始，流轉無窮。惟人最靈，以心契道。道在天地，天地不知，道在萬物，萬物不知。故得道者，

身即天地，天即地，地即天，天即道。道而天地，天地即身，身即心，心即神。二〇

陳泥丸云：古仙上聖，口口相傳，不立文字，吾今于世，書而錄之。上士得之，心同太虛；中士得之，身同枯木；下士得之，身心營營。

關尹子曰：賢人執于內，衆人執于外，聖人皆僞之。

白玉蟾曰：得悟之者，可傳聖道，無悟無得，悟者自得。得悟聖道，無古無今，其去非古，其來非今，所可傳者，只謂之事，不謂之道。道本無傳，道無聲色，道無相貌，道無古今，道無往來。

道光和尚曰：行之一年聖胎成，行之二年嬰兒靈，行之三年身外身，行之四年子生孫，行之九年可飛昇。功行未備，或聚散，聚則成形散則風，子但片餉見玄珠。玄珠即是混元精，日鍊時烹火温温，保爾身同天地存。

二〇 米晶子注：心乃天心非肉團心也

劉海蟾曰：勤而不遇，終遇聖師，遇而不勤，終爲下鬼。

呂真人曰：輕泄漏慢，殃及九祖，修鍊行持，身登太微。

鍾離雲房曰：輕輕捲，默默收，灌沐怡怡兮衮衮。

《道德經》云：綿綿若存，專氣致柔，猶于嬰兒，常德不離，復歸于嬰兒。

谷神不死論[二二]

谷者，天谷也。神者，一身之元神也。天之谷含造化，容虛空；[二三]地之谷容萬物，載山川。人與天地同所禀也，亦有谷焉。其谷藏真一、宅元神，是以頭有九宫，上應九天。中間一宫，謂之泥丸。又曰黄庭，又名崑崙，又名天谷，其名頗多。乃元神所住之宫，其空如谷，而神居之，故謂之谷神。神存則生，神去則死，日則接

二二　摘自《南宗聖典·五祖玉蟾真人·指玄篇·谷神不死論》

二三　米晶子注：虛空成一體三谷歸一宫乃中宫天心也。

于物，夜則接于夢，神不能安其居也。黄糧未熟，南柯未寤，一生之榮辱富貴，百歲之悲憂悅樂備嘗于一夢之間，使其去而不還，游而不返，則生死路隔，幽明之途絶矣。由是觀之，人不能自生而神生之，人不能自死而神死之。若神居其谷而不死，人安得而死乎？然谷神所以不死者，由玄牝也。玄者，陽也，天也。牝者，陰也，地也。然則玄牝二氣各有深旨，非遇至人授以口訣，不可得而知也。《靈樞内經》曰：天谷元神，守之自真。言人身中，上有天谷泥丸，藏神之府也；中有應谷絳宫，藏氣之府也；下有靈谷關元，藏精之府也。天谷，元宫也，乃元神之室，靈性之所存，是神之要也。聖人則天地之要，知變化之源，神守于元宫，氣騰于牝府，神氣交感，自然成真，與道爲一，而入于不死不生。故曰谷神不死，是謂玄牝也。聖人運用于玄牝之内，造化于惚恍之中，當其玄牝之氣入乎其根，閑極則失于急，任之則失于蕩，欲其綿綿續續，勿令

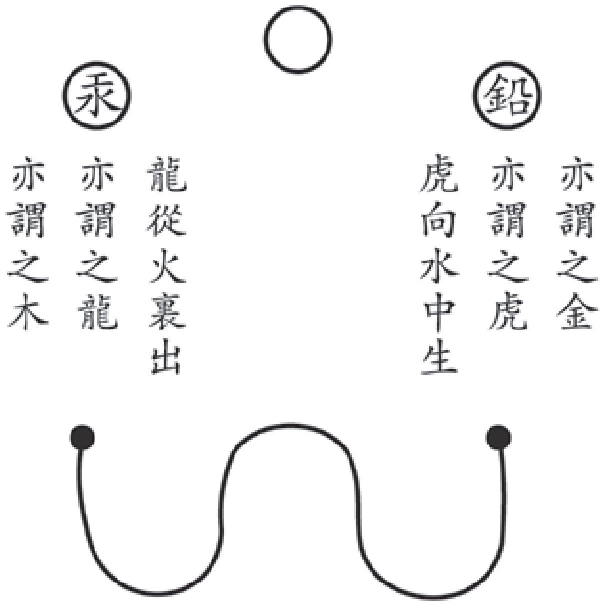
間斷耳。若存者，順其自然而存之，神久自寧，息久自定，性入自然，無爲妙用，未嘗至于勤勞迫切。故曰用之不勤。即此而觀，則玄牝爲上下二源炁母升降之正道明矣。世人不窮其根，不究其源，便以鼻爲玄，以口爲牝。若以鼻口爲玄牝，則玄牝之門又將何以名之，此皆不能造其妙。非大聖人，安能窮究是理哉？[二三]

金丹藥物直指圖[二四]

平叔云：鉛汞兩般爲藥物。又曰：二物會時情性合。道光云：一物分爲二。雲房云：除却鉛汞兩味藥，其他皆是誑愚痴。此二物不在五臟，不是精血，不是津液，不是存想，不是禪定，不是坐空，不是採戰。

二三　米晶子注：如蚌内守

二四　摘自《南宗聖典·歷代師真文粹·先天金丹大道玄奧口訣·金丹藥物直指圖》



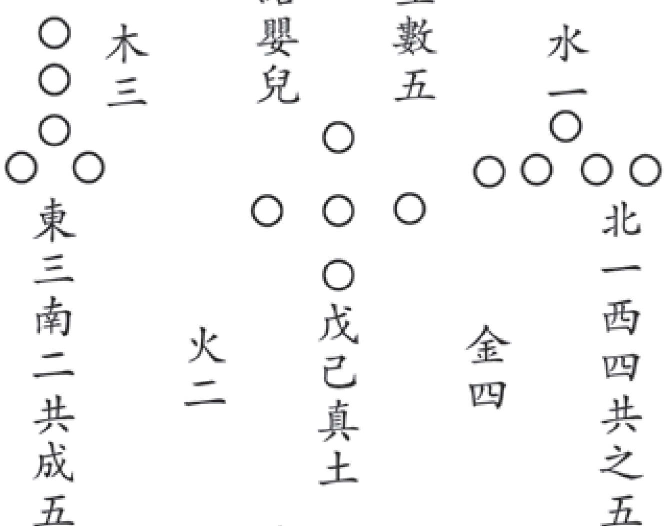
平叔云：二物會時情性合。此謂之二物，以金水同位，木火同宮，又謂之四象也。平叔云：四象不離二體。

鉛汞二物也，不在身外求覓，當于自己身中尋此二物。天地有此二物而長存，人身亦藉之日用。故《易》曰：百姓日用而不知。故君子之道鮮矣。

三五一圖

戊己自居生數五

三家相見結嬰兒



二八誰家姹女

九三何處郎君

只因彼此懷真土

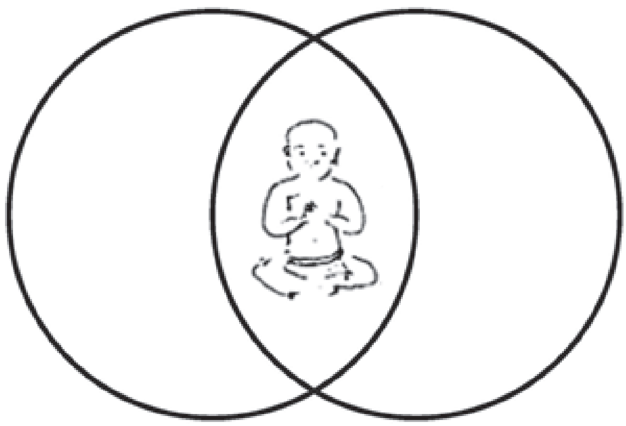
遂使金丹有返還

有稱木液與金晶

遇土却成三姓

三家相見之圖

外身而有身
結胎守黃房
不失凡身得道身



始覺男兒有孕
慶此嬰兒蛻殼
嬰兒是一含真炁

尋戊己真土直指圖



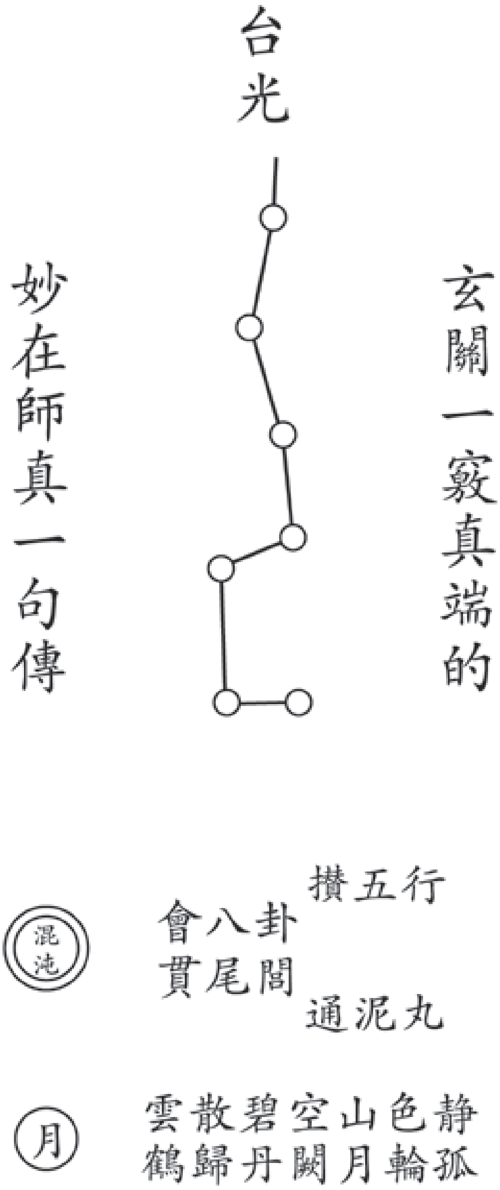
平叔云：離坎若還無戊己，雖合四象不成丹。又云：四象五行全籍土。

又云：本因戊己謂媒娉。

内丹三要[25]

内丹之要有三，曰玄牝、藥物、火候[26]。丹經有云：摘爲隱語，黄絹幼婦。讀者感之。愚今滿口饒舌，直爲天下說破。言雖覼縷，意在發明，字字真訣，肺肝相視。漏泄造化之機緘，貫串陰陽之骨髓，古今不傳之秘，盡在是矣。鯨吞海水，盡露出珊瑚枝。

玄牝圖



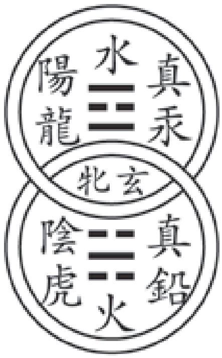
二五 摘自《南宗聖典·歷代師真文粹·陳虛白規中指南》

二六 米晶子注：造化曰玄牝、藥物火候者皆是一物也。

詩曰：混沌生前混沌圓，個中消息不容傳。擘開竅內竅中竅，踏破天中天外天。斗柄逆旋方有象，臺光返照始成仙。一朝撈得潭心月，覷破胡僧面壁禪。

藥物圖

汞鉛玄牝共一家

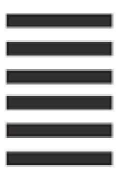


先天炁
後天炁
入黃房
成至寶

龍虎陰陽同一性

從此變成乾健體

性由自悟
命敘師傳



潛藏飛躍盡衷心

二七

二七　米晶子注：用心着意。火候而今赤肉團。

火候圖

縱識朱砂與水銀

五戒

殺生　偷生　邪淫　多言　飲酒

閉 ☷ 靜

開 ☰ 動

但志識　法自然　盜天地　奪造化

不知火候也如閑

聖人傳藥不傳火

䷫

百刻時中分子午

无爻卦內別乾坤

我今拈出甚分明

玄牝

《悟真篇》云：要得谷神長不死，須憑玄牝立根基。真精既返黄金室，一顆明珠永不離。夫身中一竅，名曰玄牝，受炁以生，實爲神府，三元所聚，更無分别，精神魂魄，會于此穴，乃金丹返還之根，神仙凝結聖胎之地也。古人謂之太極之蔕、先天之柄、虚無之宗、混沌之根、太虚之谷、造化之源、歸根竅、復命關、戊己門、庚辛室、甲乙户、西南鄉、真一處、中黄房、丹元府、守一壇、偃月爐、朱砂鼎、龍虎穴、黄婆舍、鉛爐土釜、神水華池、帝一神室、靈臺絳宫，皆一處也。然在身中而求之，非口非鼻、非心非腎、非肝非肺、非脾非胃、非臍輪、非尾閭、非膀胱、非谷道、非兩腎中間一穴、非臍下一寸三分、非明堂泥丸、非關元炁海，然則何處？二八

二八　米晶子注：吕祖曰千處萬處皆是一處也。

曰：我的妙訣，名曰規中，一意不散，結成胎仙。《契》云：真人潛深淵，浮游守規中。此其所也。《老子》曰：多言數窮，不如守中。正在乾之下，坤之上，震之西，兌之東，坎離水火交媾之鄉。人一身天地之正中，八脉九竅，經絡聯輳，虛閑一穴，空懸黍珠，不依形而立，惟道體以生。似有似無，若亡若存，無内無外，中有乾坤，黄中通理，正位居體。《書》曰：惟精惟一，允執厥中。《度人經》曰：中理五炁，混合百神。崔公謂之貫尾閭，通泥丸。純陽謂之窮取生身受炁初。平叔曰：勸君窮取生身處。此元炁之所由生，真息之所由起。故玉蟾又謂之念頭動處。修丹之士不明此竅，則真息不住，神仙無基。且此一竅，先天而生，後天而接，先後二炁，總爲混沌。杳杳冥冥，其中有精；恍恍惚惚，其中有物。物非常物，精非常精也。天得之以清，地得之以寧，人得之以靈。譚真人曰：得灝炁之門，所以歸其根；知元神之囊，所以韜其光。若蚌内守，若石中藏，所以爲珠玉之房，皆真旨也。

然此一竅，亦無邊傍，更無內外。若以形體色相求之，則又成大錯謬矣。故曰不可執于無爲，不可形于有作，不可泥于存想，不可著于持守。聖人法象，見于丹經。或謂之玄中高起，狀似蓬壺，關閉微密，神運其中。或謂之狀如鷄子，黑白相扶，縱廣一寸，以爲始初。彌歷十月，脱出其胞。或謂之其白如練，其連如環，方廣一寸二分，包一身之精粹，此明示玄關之要，顯露造化之機。學者不探其玄，不賾其奥，用工之時，便守之以爲蓬壺，存之以爲鷄子，想之以爲連環，模樣如此，形狀如此，執有爲有，存神入妄，豈不大謬邪？要知玄關一竅，玄牝之門，乃神仙聊指造化之基爾。玉蟾曰：似有而非，除却自身安頓何處去？然其中體用權衡，本自不殊，如以乾坤法天地，離坎體日月是也。《契》云：混沌處相接，權與樹根基，經營養鄞鄂，凝神以成軀。則神炁有所取，魂魄不致散亂，回光返照便歸來，造次弗離常在此。其詩：經營鄞鄂體虛無，便把元神裏面居，息往息來無間斷，全胎成就合元初。玄牝

之旨，備于斯矣。

抑又論之，杏林云：一孔玄關竅，三關要路頭。忽然輕運動，神水自然流。又曰：心下腎上處，肝西肺左中。非腸非胃府，一炁自流通。今曰玄關一竅，玄牝之門，在人一身天地之正中，造化固脗合乎此。愚嘗審思其說，大略精明，猶未的爲直指。天不愛道，流傳人間。太上慈悲，必不固⿺鬼尊。愚敢浄盡漏泄天機，指出玄關的的大意，冒禁相付，使骨肉相合。修仙之士，一見豁然，心領神會，密而行之，句句相應。是書在處，神物護持。若業重福薄，與道無緣，自然邂逅斯訣，雖及見之，忽而不信。亦不過瞽之文章，聾之鍾鼓耳。玄之又玄，彼烏知之。其密語曰：徑寸之質，以混三才。在腎之上，心之下，仿佛其内，謂之玄關。不可以有心守，不可以無心求。以有心守之，終莫之有；以無心求之，終見其無。若何可也？蓋用志不分，乃凝于神。但澄心絕慮，調息令勻，寂然常照，勿使昏散。候氣安和，真人入定，于此定

中，觀照內景。纔若意到，其兆即萌。便覺一息，從規中起。混混續續，兀兀騰騰。存之以誠，聽之以心，六根安定，胎息凝凝。不閉不數，任其自如。靜極而噓，如春沼魚；動極而噏，如百蟲蟄。氤氳開闔，其妙無窮。如此少時，便須忘炁合神，一歸混沌，致虛之極，守靜之篤，心不動念，無來無去，不出不入，湛然常住。是謂真人之息以踵。踵者，其息深深之義。神炁交感，此其候也。前所謂元炁之所由生，真息之所由起。此意到處，便見造化；此息起處，便是玄關。非高非下，非左非右，不前不後，不偏不倚。人一身天地之正中，正此處也。採取在此，交媾在此，烹鍊在此，沐浴在此，溫養在此，結胎在此，脫胎神化，無不在此。二九

今若不明說破，學者必妄意猜度，非太過則不及矣。紫陽真人曰：饒

二九　米晶子注：多看多看

君聽慧過顏閔，不遇明師莫强猜。只爲丹經無口訣，教君無處結靈胎。然此竅陽舒陰慘，本無正形，意到即開，開合有時，百日立基，養成炁母，虛室生白，自然見之。昔黄帝三月内觀三〇，蓋此道也。自臍以下，腸胃之間，謂之酆都地獄，九幽都司，陰穢積結，真陽不居。故靈寶鍊度諸法，存想此謂幽關，豈修鍊之所哉。學者誠思之。

藥物

古歌曰：借問因何是我身，不離精炁與元神。我今説破生身理，一粒玄珠是的親。夫神與炁精，三品上藥，鍊精化炁，鍊炁成神，鍊神合道，此七返九還之要訣也。紅鉛黑汞、木液金精、朱砂水銀、白金黑錫、金翁黄婆、離女坎男、蒼龜赤蛇、火龍水虎、白雪黄芽、交梨火棗、金烏玉兔、乾馬坤牛、日精月華、天魂地魄、水鄉鉛、金鼎汞、水中金、火

三〇　米晶子注：三。月。三即乾也陽火者，月即水坤陰。

中木、陰中陽、陽中陰、黑中白、雄裏雌，异名衆多，皆譬喻也。然則何謂之藥物？

曰：修丹之要，在乎玄牝，欲立玄牝，先固本根，本根之本，元精是也。精即元炁所化，故精炁一也。以元神居之，則三者聚于一矣。杏林曰：萬物生復死，元神死復生，以神歸炁内，丹道自然成。施肩吾曰：氣是添年藥，心爲使炁神，若知行炁主，便是得仙人。若精虚則炁竭，炁竭則神游。[三一]《易》曰：精炁爲物，游魂爲變。欲復歸根，不亦難乎。玉溪子曰：以元精未化之元炁，而點化之至神，則神有光明，而變化莫測矣，名曰神。是皆明身中之藥物，非假外物而言之也。然而産藥有川源，採藥有時節，製藥有法度，入藥有造化，鍊藥有火功。吾曩聞之師曰：西南之鄉，土名黃庭，恍惚有物，杳冥有精。分明一

[三一] 米晶子注：精爲形體炁乃物形心即神也

味水中金，但向華池著意尋。此産藥之川源也。垂簾塞兌，窒韻調息，離形去智，幾于坐忘。勸君終日默如愚，鍊成一顆如意珠。此採藥之時節也。天地之先，無根靈草，一意製度，産成至寶。大道不離方寸地，工夫細密有行持。此製藥之法度也。心中無心，念中無念，注意規中，混融一炁。又云：息息綿綿無間斷，行行坐坐轉分明。此入藥之造化也。清靜藥材，密意爲丸，十二時中，無念火煎。金鼎常令湯用暖，玉爐不要火教寒。此鍊藥之火功也。大抵玄牝爲陰陽之原，神炁之宅；神炁爲性命之藥，胎息之根，呼吸之祖，深根固蒂之道。胎者，藏神之府。息者，化胎之元。胎因息生，息因胎住。胎不得息不成，息不得神無主。若夫人之未生，漠然太虚，父母媾精，其兆始見，一點初凝，純是性命，混沌三月，玄牝立焉。玄牝既立，繫如瓜蒂，嬰兒在胎，暗注母炁。母呼亦呼，母吸亦吸，凡百動盪，内外相感，何識何知，何明何曉。天之炁混混，地之炁沌沌，但有一息存焉。及期而育，天

地翻覆，人驚胞破，如行太山巔失足之狀，頭懸足撐而出之，大叫一聲，其息即忘，故隨性情不可俱也。況亂以沃其心，巧以翫其目，愛以率其情，欲以化其性，渾然天真，散之而爲萬物者，皆是矣。胎之一息，無復再守。神仙教人鍊精，以欲返其本，復其初，重生五臟，再立形骸，無質生質，結成聖胎。其訣曰：專炁致柔，能如嬰兒乎。除垢止念，靜心守一，外想不入，內想不出，終日混沌，如在母腹。神定以會乎炁，炁和以合乎神，神即炁而凝，炁即神而住。于寂然休歇之場，恍兮無何有之鄉，天心冥冥，注意一竅，如鷄抱卵，似魚在水，呼至于根，吸至于蔕，綿綿若存，再守胎中之一息也。守無所守，真息自住，泯然若無。雖心于心，無所存住，杳冥之內，但覺太虛之中，一靈爲造化之主宰。時節若至，妙理自彰，輕輕然運，默默然舉，微以意而定炁，應造化之樞機，則金木自然混融，水火自然升降，忽然一點大如黍珠，落于黃庭之中。此乃採鉛汞之機，爲一日之內，結一日之丹。《復

命篇》曰：夜來混沌攧落地，萬象森羅總不知。當此之時，身中混融，與虛空等，亦不知神之爲炁，亦不知炁之爲神，似此造化，亦非存想。是皆自然之道，吾亦不知其所以然而然。藥既生矣，火斯出焉。大抵藥之生也，小則可以配坎離之造化，大則可以同乾坤之運用。金丹之旨，又于此泄無餘蘊矣，豈傍門小法所可同語哉？若不吾信，捨玄牝而立根基，外神炁而求藥物，不知自然之胎息，而妄行火候，棄本趨末，逐妄迷真，天奪其筭，吾末如之何也已矣。三二 三三

火候

古歌曰：聖人傳藥不傳火，從來火候少人知。夫何謂不傳？非祕不傳也。蓋採時謂之藥，藥之中有火焉。鍊時謂之火，火之中有藥焉。能知藥而取火，則定裏之丹成，自有不待傳而知者已。詩曰：藥物陽內

三二　米晶子注：藥物火候

三三　米晶子注：同歸于大自然也

陰，火候陰内陽，會得陰陽旨，火候一處詳。此其義也。後人惑于丹書，不能頓悟，聞有二十四炁、七十二候、二十八宿、六十四卦、十二分野、日月合璧，海潮升降，長生三昧，陽文陰武等説，必欲窮究何者爲火，何者爲候。（極）【機】[三四]心一生，種種著相，雖得藥物之真，懵然不敢烹錬。殊不知真火本無候，大藥不計斤。玉蟾云：火本南方離卦，屬心。心者神也，神即火也，炁即藥也。以火錬藥而成丹者，即是以神馭炁而成道也。其説如此分明，如此直捷。夙無仙骨，諷爲虚言，當面蹉過，深可嘆惜。然火候口訣之要，尤當于真息中求之。蓋息從心起，心静息調，息息歸根，金丹之母。《心印經》曰回風混合，百日功靈者，此也。《入藥鏡》所謂起巽風，運坤火，入黄房，成至寶者，此也。海蟾翁所謂開闔乾坤造化權，煅錬一爐真日月者，此也。

三四 《南宗聖典》注：據文意改。米晶子旁註：極，無極之鄉。機，天機發動之機。

何謂真人潛深淵，浮游守規中？必以神馭炁，以炁定息，橐籥之開闔，陰陽之升降，呼吸出入，任其自然。專炁致柔，含光默默，行住坐卧，綿綿若存。如婦人之懷孕，如小龍之養珠。漸采漸鍊，漸凝漸結，功夫純粹，打成一片。動静之間，更宜消息。念不可起，念起則火炎；意不可散，意散則火冷。但使其無過不及，操捨得中，神抱于炁，炁抱于神，一意沖和，包裹混沌。斯謂火種相續，丹鼎常温，無一息之間斷，無毫髮之差殊。如是鍊之一刻，一刻之周天也。如是鍊之一時，一時之周天也。如是鍊之一日，一日之周天也。鍊之百日，謂之立基。鍊至十月，謂之胎仙。以至元海陽生，水中火起，天地循環，乾坤反復，亦皆不離一息。况所謂沐浴温養，進退抽添，其中密合天機，潛符造化，而不容吾力焉。故曰：火雖有候，不須持些子機關，我自知無子午卯酉之法，無晦明弦朔之節，無冬至夏至之分，無陰火陽符之別，無十二時中只一時之説，無三百日内在半日之訣，亦不在攢簇年

月日時之說。若言其時，則十二辰意所到皆可爲。若言其妙，則一刻之工夫，自有一年之節候。但安神息在天然，此先師之的說也。晝夜屯蒙法自然，何用孜孜看火候[35]，此先師之確論也。噫，聖人傳藥不傳火之旨，盡于斯矣。詩曰：學人何必苦求師，泄漏天機只此書。踏破鐵鞋無覓處，得來全不費工夫。[36]

後序[37]

神無方，易無體，夫所謂玄關一竅者，不過神識氣，使氣歸神，回光反照，收拾念頭之一法耳。玉溪子曰：以正心誠意爲中心柱子者，是也。夫所謂藥物火候者，亦皆譬喻耳。蓋大道之要，凡屬心知意爲者，皆非也。但要知人身中一個主宰造化底，且道如今何者爲我。若能知

三五　米晶子注：看火候直指

三六　米晶子注：良知良能，知者神也，良者意也。

三七　摘自《南宗聖典・歷代師真文粹・陳虛白規中指南》

此，以靜爲本，以定爲基。一斡旋頃刻天機自動，不規中而自規中，不胎息而自胎息，藥不求而自生，火不求而自出，莫非自然妙用。豈待乎存思持守，苦己勞形，心知之，意爲之，然後爲道哉？究竟到此，可以忘言矣。明眼者以爲如何？武夷昇真玄化洞天真放道人虛白子陳冲素序。

太上修真玄章三八

炁化生章第一

神者，性也，有天地之性，有氣質之性。父母未生已前，即天地之性；父母既生之後，即氣質之性。氣者，有天地之氣，真炁也。父母之氣，凡炁也。蓋人初在母腹中，受父精母血，成其眹兆也。所謂凡炁合空

三八　摘自《南宗聖典·歷代師真文粹·陳虛白規中指南·太上修真玄章》

洞帝真九炁，而全其體段，所謂真炁也。一炁生胞，二炁生胎，三炁長靈，明仙之炁而生魂，性始來。以體段未具，而不能靈。迨夫四炁魄生，五氣臟生，第六炁高真衝融之炁，而生靈，體段始具，則能動。動則神生，神生則性靈。至九月炁足，十月胎圓，然後降生。

性命根蒂章第二

神仙云：人在母腹中，其臍帶與母臍帶相連，母呼亦呼，母吸亦吸。及乎降誕，剪去臍帶，然後各自呼吸。而所受父母一點凡炁，則栖于下丹田中，而寄體于腎。其丹田前對臍，後對腎，在臍腎之間，其連如環。廣一寸二分，有二竅，以應乾坤。上通泥丸，下貫涌泉。旁有六竅，以應坎離震巽艮兑，以通六腑。一身之炁，皆聚于此，如水之朝東，輻之凑轂。故此竅爲命之根蒂，其性居丹田泥丸，而寄體于心。泥丸者，在人之首，明堂之間，六合之内，是爲頂門，故世呼嬰兒頂門爲性門也。性門未合，皆知宿生因緣

等事，合則忘之矣。故泥丸爲性之根，能知性根命蒂，則始可言修鍊矣。

先天後天章第三

天地之炁有二，未受胎已前，謂之先天，又謂之母炁。其爲炁也，至大至剛，充塞天地，周流六虛，晝夜不息。人纔受胎，便禀此炁，謂之後天，又曰子炁，又云日月發生之炁，即前所謂混合空洞帝真九炁是也，其實一炁耳。其炁亦充塞人腔子裏，每日用子時，斗柄帖地，先天之炁隨斗柄，從九地之下發生，周流六虛，造化萬物。子時非人間之子時也。日用二六時中，常常收視反聽，頓覺身中暖炁衝然，即其時也。丹經云：精生其時，時至自知，百刻之中，切忌昏迷。天地之炁既生，人身之子炁亦感類而從其發生，上升丹田，點化凡炁，以成人身之造化。

形神玄用章第四

形者[三九]，神氣之舍；神者，形氣之主。形氣非神，塊然一物，靈神非形氣，則茫然無歸宿之地。嗚呼！神則性也，氣則命也，二者不可偏廢。修性而不修命，紫陽云：精神屬陰，宅舍難固，未免長用遷徙之法。修命而不修性，釋氏云：鍊炁純粹，壽可萬歲，若不明正覺三昧，報盡還來，散入諸趣。所以儒家云：論性不論炁不備，論炁不論性不明。要知性爲上，氣次之。

金丹作爲章第五

鍊金丹者，以形譬鼎器，氣喻藥物，神喻火功。忘機絕慮，收視返聽，使精神魂魄意五者不泄，定鼎器也。晝牝夜玄，攝心一處，終日默默，如愚如痴。採藥物也，惺惺不昧，了了常如，神不外馳，

三九　米晶子注：形者胎息也。

其炁自息，調火功也。是以聖人忘形以養炁，忘炁以養神，忘神以養虛，形神俱妙，與道合真。所謂忘者，非枯木死灰，面壁昏坐，懵然無知之謂也。心若太虛，內外貞白，圓活如走盤之珠，澄湛如印潭之月，動而不動，靜而不靜。必有事焉而勿正，心勿忘，勿助其長，縱之不逸于外，制之不拘于內，胸次間常虛豁豁地，夫是謂真忘矣。若夫虛化神，神化炁，炁化形，死矣，是與凡夫無別。

虛無生化章第六

天地之外，曰太虛太無，總曰虛無，又曰虛空。以無心，故虛故無，虛則能容，無則能化。是以物各付物，事各付事，形各付形，氣各付氣。四者各付本根，天地自覆載，日月自運行，陰陽自升降，寒暑自往來，四時自推遷，五炁自順布，飛潛自動靜。色自色，天地亦何容心焉。此天地所以能長且久也。人不能與天地同長久者，以其有心，故不能

虛無。苟能虛無，其神自來歸。神歸炁復，始可言修鍊矣。

修鍊三治章第七

夫修鍊之法，當先慎言語，次節飲食，其次省睡眠。此三者，乃修仙修佛之大關鍵也。胡爲而言哉？老君曰：玄牝之門，是謂天地根，綿綿若存，用之不勤。玄牝者，神炁也，口鼻者，神炁之門户也。出息入息，長收緩放，使之綿綿，歸根復命，以養元炁。故先之以慎言語。紫陽云：虛無生一炁，一炁産陰陽。人自日用發生之炁，每憑虛而生，人纔饑虛，便思飲食，以故塞其炁。其炁既塞，不能歸元，則隨聲色香味、喜怒哀樂耗散之矣。故次之以節飲食。學道之士，如鷄抱卵，使暖氣相續，纔有間斷，賺他性命。人若貪睡，則神離于炁，炁無所主，奔潰肆逸，欲望凝結，其可得乎？故次之省睡眠。

神氣交媾章第八

既能慎言語，節飲食，省睡眠，然後行内鍊採藥之方，坐禪修幻之

法，次第而行之。由先天之母氣下降，而後天之子氣上升，俱會于丹田，默化父母之凡炁。日久月深，凡氣鍊盡，真炁充實，其炁油然而生，莫之能禦。自雙關升泥丸，與神交姤，所謂追二炁于黄道，會三性于元宫，仍化成甘露。自玄雍而下，復入丹田，一升一降，成其造化。但要此心虚無，一念不動，然後相應。不然則藥材消耗，火候差殊，不作丹也。此皆出于自然，不可存神運炁，與揠苗助長之説同日語矣。

動静升降章第九

動極生静，静極生動，一動一静，互爲其用而已矣。如天地之妙，其動也闢，其静也翕，不闢則不翕，不翕則不闢。闢兮翕兮，生生無窮。若静定之功既極，元陽之炁自生。炁之生也，乾坤震動，山嶽動摇，龍象争馳，風火相激，醍醐灌頂，光射簾幃。已而淫淫若春澤，液液象解冰，自頭流達足，究竟復上升。往來三宫，自升自降，無暫休息；一升一降，爲一周天。蓋氣上升爲冬至子時，一陽生于五陰之下，其

卦爲復，進退至坤，六陰既極，復變而昇。二至二分，晦朔弦望，五行四象，二十八宿，三百六十五度，攢簇歸一刻之中。一刻故有一年之炁象，一年三萬六千刻，刻刻要調和，除却卯酉外，可以奪天上三萬年氣數。此皆與天地造化默相符合，非執文泥象之法也。

鍊懾成神章第十

當此之時，氣脉調和，精神爽快，曦然如浴之方起，睡之正醒，夫婦合歡，子母留戀。自神抱其氣，氣抱其神，日積月累，互相交合，打成一片，陰盡陽純，遂成真人。迨夫脱胎神化，身外有身，聚則成形，散則成炁，去來無礙，靈顯自如。造化莫能拘，陰陽莫能制，鬼神莫能測，寒暑不能侵，逍遥乎無何有之鄉，與虛無同其體矣。

悟玄篇序四〇

蓋人生于天地之間，秉受陰陽之氣，故曰有死生。爲人者，可鬼可仙，鬼者，純陰之氣；仙者，純陽之體。以陰鍊陽甚易，以陽鍊陰不難。所謂學仙之士，無過以陽鍊陰之術，陰盡陽純，則曰仙矣。鍊陰有法，進火有數，退符有節。夫人身中一竅，名曰玄牝，若人明得此竅，則三才萬物悉備于我矣。此之一竅，非泥于物也，其理别無他術，止不過忘形滅念，如守其中矣。久久純熟，中宫靜極，則身中陽氣自然生也。陽氣漸生，陰氣漸剥，乃曰陽長陰消之意矣。予于古杭得受師傳，天機不隱，故以鄙句，盡心泄漏于此矣。使學仙之士，幸垂一覽，同登道岸，非豈异于我哉。歲在己丑夏月朔日，余洞真序。

四〇 摘自《南宗聖典·歷代師真文粹·悟玄篇·悟玄篇序》

悟玄篇四一

道本無言，因言而顯其道；法本無象，因象而得其理。得象忘言，得兔忘筌，何矣？故曰：過河須用筏，到岸不須舟。所謂人者，秉受元陽真氣，三百八十四銖，內分二十四銖，散于五臟六腑，以應二十四氣；外分三百六十銖，以應周天三百六十度。元和子曰：人身大抵同天地。邵子曰：誰把三才別立根，一身別有一乾坤。此之謂也。蓋人子時，兩腎中一氣上升，午時到心，二氣交合熏蒸，肝肺之液自心而來。左腎之氣負戴肺液而下降，右腎之氣負戴肝液亦下降矣。亥時到于腎，肺液到于左腎，化而爲精，肝液到于右腎，化而爲血矣。久久元氣耗散，精血乾枯，則曰死矣。丹書曰：五行順行，法界火坑；五行顛倒，大地七寶。蓋言學仙之士，龍從火裏出，虎向水中生，此五行逆行之

四一　摘自《南宗聖典·歷代師真文粹·悟玄篇》

理也。所以逆則爲聖，順則爲凡。故以三關之妙用，一鍊精化氣，爲初關；二鍊氣成神，爲中關；三鍊神還虛，爲上關；虛空粉碎，爲了當。三關妙用，要在心傳，沐浴兩月，玄之又玄。口訣祕細，未敢輕言。學仙之士，不遇明師指點，到老無成，空度歲月爾。

形化

夫人受父精母血，成胎之時，中含一點元氣，以爲造化之根蒂矣。先生左腎，次生右腎，腎生心，心生肝，肝生肺，肺生脾，脾生小腸，小腸生大腸。五行形化而生，形體具足，十月胎成，以就嬰兒矣。今人只知形化而不知氣化。所謂學仙之士，只論氣化而不論形化。今人多以兩腎中間爲生身處，又言心腎爲水火，肝肺爲魂魄，脾土爲意，全然非矣。四二

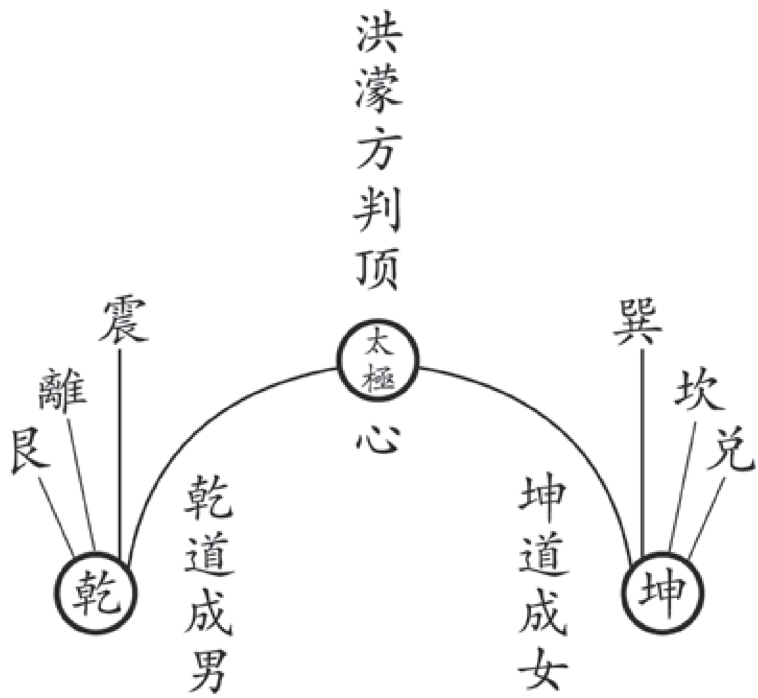
四二　米晶子注：形者體也

氣化

蓋人在母胎中，十月氣足，其初受父母一點元氣而至于心矣。其氣到心之時，則發胎氣布散于外，以接其生也。夫鬼在于暗中，渺渺茫茫，不知分曉，微覺在細雨密霧之中，而無一點光明，遂逐靈光而去，接入胎中，徑入光內，俱不知陰見其陽，則化爲氣矣，名曰太極。其氣復昇之頂，分爲二氣，下降于左右二臂，名曰兩儀。乾道成男，坤道成女，乾坤相橐而生六子，散乎于外而爲六脉，六脉周流，一身備矣。造化悉備，所以降生于世以爲人也。所謂學仙之士，要識生身之處，立爲丹基，可以超凡入聖也。吾今恐言未盡，故立圖以發學，誠爲叅學爾。

陰中有陽名曰坎☵非腎也

陽中有陰名曰離☲非心也[四三]



北方正炁

日月爲輪

搬運水火

晝夜無停

四三　坎離卦圖依據《正統道藏》改正。

坐工口訣

夫學道之士，不拘時候，但得身心閑暇之時，求于靜處，瞑目閉口，忘坐端耳。或盤膝，或不盤而坐，皆可。夫坐之時，外忘其形，而不著物累，內忘其心，而不著事。若存其中，似存不存，似守不守，而著于空矣。久久純熟，自然念定。念定則陽生，陽氣生則有升有降。其氣升者，自腰間尾閭而升，直上夾脊而止，藉巽風則鼓而上於頂矣。二氣交合，下降于舌端，如蜜之甜，款款嚥納，只入中宮矣。丹書曰：吹噓賴巽風。又曰：初時須著力，次候却如無。總知升降，不明火候之數，日用工夫，三關妙用，沐浴玄機，空延歲月，到老無成矣。古歌曰：神仙不肯分明說，悞殺閻浮多少人。何也？這些道理人還識，陸地神仙鬧似麻。所謂天機祕訣，未敢泄漏于文，故以口傳心授爾。

火燥水濫

夫火燥者，上升不止；水濫者，下降不息。若有法度調和，斤兩運用，

則火不炎燥，水不汎濫，自然定矣。『用』[四四]時則有，不用則無，其理玄機，在乎口訣。既不知此妙用，則何一鍊精化氣，二鍊氣成神，三鍊神還虛也。今學道之人，天下紛紛，其得正傳者，無有一二爾。此個道理，豈可輕易授人哉？

沐浴

十月懷胎，兩月沐浴，共成一載三百六十日矣。且休說十月懷胎，其兩個月而沐浴，安于何處矣？此兩個月而又不行火候，或安于前，或安于後，或安于其中矣。委的實用非不用也。學道之士，須要叅學，莫泥于卯酉二月，非也。脱胎之時，莫非口傳心授爾。

玄關一竅

玄關竅假在其中，無形無象亦無窮。今人若指其安處，便隔千山幾萬

四四 疑缺『用』字

重。若人指點心肝脾肺腎不著處，却如虛處巧揑一穴，其言終矣，著一處，却非終矣。

藥物

精中氣血血中精，精氣元同太極成。莫言呼吸爲交感，此物安能有死生。

火候

進火之時，頃刻一周天。夫十個月而三百日，三千六百時，三萬刻。或刻刻行火候，或時時行火候，或日日行火候，或時中不拘于刻，或日中不拘于時，但用便用。但不知法度，則亂升亂降，則不能上矣。口訣存焉。

中宮

土生萬物，心主萬事，心即土也，土即心也，故曰中央戊己土。中央即玄關一竅也。了得土，萬物死，了得心，萬事息。今知學道人，茫

茫只向外邊尋覓，却不去中心求其道也。

抱一

脱胎吞入腹，在於人間，九載積行滿八百，而證于仙。乾坤往來，游遍名山洞府，行滿八百之日，奉金書玉詔，而列于班矣。

出神名曰解胎

學道底人，總不知火候，沐浴造化之備，其脱胎之時，莫非口傳心授爾。

玄關一竅

玄關一竅者，乃一身總要之關也，此竅者即心中之心是也。其心非肉心，乃心中之主宰，一身萬事之神也。其神者無形無相，非有非無也。不人能無私之時，便是玄關一竅，纔有一毫私欲，不是也。程子曰：不偏不倚之謂中，纔有偏倚便不中也。杏林石真人曰：身裹有玄機，心中無垢塵。斯言盡矣。

玄關一竅，萬事之宗，動交于物，静養在中。不無不有，非色非空，

凝然湛定，氣息流通。左升白虎，右發青龍，齊停夾脊，鼓起巽風。搧開爐鞴，透上崑峰，乾坤交姤，化作一泓。降至舌端，嚥入黃宮，一日之內，三四遍功，初關百日，沐浴一月，中關百日，沐浴前同。上關百日，火候數窮，脫胎神化，抱一養童。九年行滿，白日上升。大道無言非有問，忘形忘象求鉛汞，守中一物莫存眥，專意身心要守定。呼吸一應便神清，六脉自然朝性命，精神魂魄各歸元，至此身心寂不動。一陽生至二陽遷，只待温温行火令，須臾直舉至銀河，玉枕泥丸如火烘。乾坤交媾降明堂，項上圓光懸寶鏡，如如下降至舌端，滿口馨香甘液噴。徐徐嚥納下黃庭，遍體金光隨罩定，三家相見結嬰兒，一卦三二兩卦定。晨昏握運仗天罡，四三皆拱璇璣柄，一年迸破頂顖門，是謂超凡而入聖。九年抱一行圓滿，獨步翔鸞歸大洞。吾今泄破聖賢機，洗耳瞑心存一定，莫待鉛虛汞散飛，他時赴死甘心盡。玄機備細剖心傳，學道

人人早精進。

初下手

【沐浴】

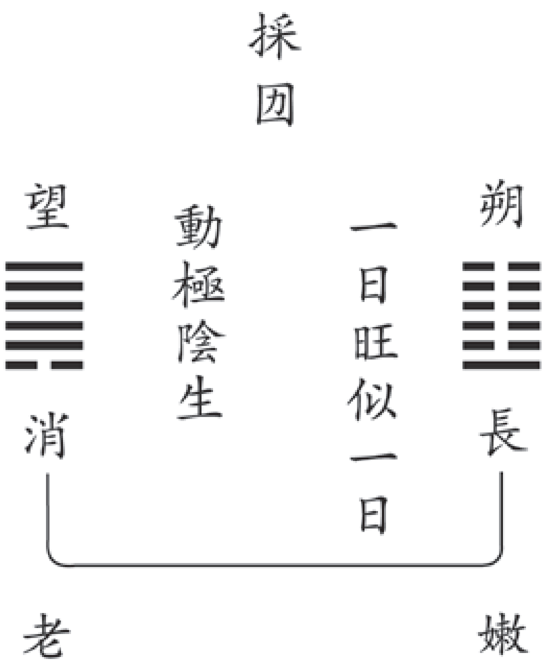
身中沐浴，乃氣候之沐浴；月中之沐浴，乃丹頭之沐浴也。紫陽曰：兔鷄之月及其時。斯言者，兩月沐浴也。

精全氣旺藥爐温，二八臨門固蒂根，不向抽添加火候，洗心滌慮道常存。

又氣候來潮，須當塞兑垂簾，湛然無欲，以待氣候過也。毋得縱意四散，所謂不能固濟，須丹傾矣。

工夫到此要防危，不比尋常一類推，氣候來潮須保養，禁關閉兑守無爲。

【靜極生陽】



鉛見癸生須急採

採藥時用看老嫩

金逢望遠不堪嘗

【一日衰似一日】

嫩如涌泉之泛上是也，老如蟻行，如毛細是也。



閉目若存中，如空空不空，坤宮真氣發，背上炎烘烘。巽風輕鼓舞，一直透天宮。閉之不可放，化作滿頭霐。徐徐而放下，大地作甘霖。

陰陽 夫人者，頭乃諸陽聚會之所，其中有陰，名曰真汞。五臟者，乃諸陰聚會之所，其中有陽，名曰真鉛。蓋心者，上不屬于陽，下不屬于陰，而得其中以爲一身之主宰。視之不見其形，聽之不聞其聲，叩之者感而遂通，中之者寂然不動。人若向此不動中做工夫，終至純熟，則知天地造化悉備于我矣。[四五][四六][四七]

南宗聖典選錄摘錄終

四五 米晶子注：真訣竅，多思多想。認定真竅做工夫，天人必應也。

四六 米晶子注：金神不壞

四七 米晶子注：作人天眼目

註呂祖百字碑 一

養氣忘言守

凡修行者先須養氣養氣之法在乎忘言守一忘言則氣不散守一則神不出訣曰緘舌靜抱神定

降心爲不爲

凡人之心動蕩不已修行人心欲入靜貴乎制伏兩眼眼者心之門户須要垂簾塞兑一切事體以心爲劍想世事無益於我火烈頓除莫去貪着訣云以眼視鼻以鼻視臍上下相顧心息相依着意玄關便可降伏思慮

動靜知宗祖

動靜者一陰一陽也宗祖者生身之處也修行人當知父母未生之前即玄牝也一身上下乾坤八卦五行四象聚會之處乃天地未判之先一點靈光而成即太極也心之下腎之上彷彿之内念頭

一　張三丰真人註。校對版本：《道藏輯要·畢集八·三丰全集·註呂祖百字碑》

無息所起之處即是宗祖所謂動静者調和真氣安理真元也蓋呼接天根吸接地根即闔户之謂坤闢户之謂乾呼則龍吟雲起吸則虎嘯風生一闔一闢一動一静貴乎心意不動任其真息往來綿綿若存調息至無息之息打成一片斯神可凝丹可就矣

無事更尋誰

若能養炁忘言守降伏身心神歸炁穴意注規中混融一炁如鷄抱卵如龍養珠念兹在兹須臾不離日久工深自然現出黍米之珠光耀如日默化元神靈明莫測即此是也

真常須應物應物要不迷

此道乃真常之道以應事易於昏迷故接物不可迷於塵事若不應接則空寂虚無須要來則應之事去不留光明正大乃是不迷真性清静元神凝結訣曰着意頭頭錯無爲又落空

不迷性自住性住氣自回

凡人性烈如火喜怒哀樂愛惡欲增變態無常但有觸動便生妄想難以静性必要有真懲忿則火降真寡欲則水昇身不動名曰煉精煉精則虎嘯元神凝固心不動名曰煉氣煉氣則龍吟元氣存守意不動名曰煉神煉神則二氣交三元混元氣自回矣三元者精氣神也二氣者陰陽也修行人

應物不迷則元神自歸本性自住矣性住則身中先天之氣自回復命歸根有何難哉訣曰回光返照一心中存內想不出外想不入

氣回丹自結壺中配坎離

修行人性不迷塵事則氣自回將見二炁升降於中宮[二]陰陽配合於丹鼎忽覺腎中一縷熱炁上冲心府情來歸性如夫婦配合如癡如醉二氣絪縕結成丹質而炁穴中水火相交循環不已則神馭炁炁留形不必雜術自長生訣曰耳目口三寶閉塞勿發通真人潛深淵浮游守規中直至丹田氣滿結成刀圭也

陰陽生反覆普化一聲雷

功夫到此神不外馳氣不外洩神歸炁穴坎離已交愈加猛烈精進致虛之極守靜之篤身靜於杳冥之中心澄於無何有之鄉則真息自住百脉自停日月停景璇璣不行太極靜而生動陽產於西南之坤坤即腹也又名曲江忽然一點靈光[三]如黍米之大即藥生消息也赫

二　米晶子注：中宮，天心也。

三　米晶子注：炁即真性靈光也

然光透兩腎如湯煎膀胱如火炙腹中如烈風之吼腹內如震雷之聲即復卦天根現也即固心王以神助之則其炁如火逼金上行穿過尾閭輕輕運默默舉一團和氣如雷之震上升泥丸周身涌躍即天風姤卦也由月窟至印堂眉中漏出元光即太極動而生陰化成神水甘露內有黍米之珠落在黃庭[四]之中點我離中靈汞結成聖相之體行周天火候一度烹之煉之丹自結矣

白雲朝頂上甘露灑須彌

到此地位藥即得矣二氣結刀圭關竅開通火降水升一炁周流從太極中動天根過玄谷關升二十四椎骨節至天谷關月窟陰生香甜美味降下重樓無休無息名曰甘露灑須彌訣曰甘露滿口以目送之以意迎之送下丹釜凝結元氣以養之

自飲長生酒逍遙誰得知

養氣到此骨節已開神水不住上下周流往來不息時時吞咽謂之長生酒訣曰流珠灌養靈根性

四　米晶子注：黃庭即中宮天心也。

修行之人知不知

坐聽無弦曲明通造化機

功夫到此耳聽仙樂之音又有鐘鼓之韻五氣朝元三花聚頂如晚鴉來棲之狀心田開朗智慧自生明通三教經書默悟前生根本豫知未來休咎大地山河如在掌中目視萬里已得六通之妙此乃實有也吾行實到此際若有虛言以誤後學天必誅之遇之不行罪遭天譴非與師遇此事難知

都來二十句端的上天梯

自養炁忘言至此二十句皆是呂祖真正口訣工夫無半點虛偽乃修行上天之階梯得悟此訣與註者可急行之勿妄漏洩勿示匪人以遭天譴珍重奉行克登天闕

註呂祖百字碑終

道情歌[一]

道情非是等閒情既識天機不可輕先把世情齊放下次將道理細研精未煉還丹先煉性未修大藥且修心心修自然丹信至性清自然藥材生緊加功雷聲隱隱震虛空電光灼處尋真種風信來時覓本宗霞光萬道籠金鼎雲千丈罩天門若還到此休驚怕穩把元神守洞門如貓捕鼠兔逢鷹急急着力又加勤萬般景象皆非類一顆紅光是至真此箇紅光是春意其中有若明窗塵中懸一點先天藥遠似葡萄近似金到此全憑要謹慎絲毫念起喪天真待他一點自歸伏身中化作四時春一片白雲香一陣一番雨過一番新終日綿綿如

[一] 張三丰著。校對版本：《道藏輯要·畢集八·三丰全集·玄要篇上·道情歌》

醉漢悠悠只等洞中春遍體陰精都剥盡化作純陽一塊金此時氣絶如小死打成一片是全真到此功成纔了當却來塵世積功勛行滿功成天命詔陽神出現了真靈此言休向非人説不逢達者莫輕論其中切切通玄理此真之外更無真收拾行囊牢封固他日成功可印心可印心五十二句要君尋若有虛言遭天譴説與非人鞭喪身

道情歌終

打坐歌[二]

初打坐學參禪這個消息在玄關祕祕綿綿調呼吸一陰一陽鼎内煎性要悟命要傳休將火候當等閒閉目觀心守本命清浄無爲是根源百日内見應驗坎中一點往上翻黄婆其間爲媒妁嬰兒姹女兩團圓美不盡對誰言渾身上

[二] 張三丰著。校對版本：《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄機篇上・打坐歌》。

下氣沖天這個消息誰知道啞子做夢不能言急下手採先天靈藥一點透三關丹田直上泥丸頂降下重樓入中元水火既濟真鉛汞若非戊己不成丹心要死命要堅神光照耀遍三千無影樹下金鷄叫半夜三更現紅蓮冬至一陽來復始霹靂一聲震動天龍又叫虎又歡仙樂齊鳴非等閒恍恍惚惚存有無無窮造化在其間玄中妙妙中玄河車搬運過三關天地交泰萬物生日飲甘露似蜜甜仙是佛佛是仙一性圓明不二般三教原來是一家飢則喫飯困則眠假燒香拜參禪豈知大道在目前昏迷喫齋錯過了一失人身萬劫難愚迷妄想西天路瞎漢夜走入深山元機妙非等閒漏洩天機罪如山四正理着意參打破玄關妙通玄子午卯酉不斷夜早拜明師結成丹有人識得真鉛汞便是長生不老仙行一日一日堅莫把修行眼下觀三年九載功成就煉成一粒紫金丹要知此歌何人作清虛道人三丰仙

打坐歌終

鉛火歌[三]

大藥之生有時節亥末子初正半夜精神相媾合光華恍恍惚惚生明月媾罷流下噴泡然一陽來復休輕泄急須閉住太玄關火逼藥過尾閭穴採時用目守泥丸垂下左上且凝歇謂之瞻理腦升玄右邊放下復起折六六數畢藥生乾陽極陰生往右遷須開關門以退火目光下矚守坤田右上左下才凝住二八數了一周天此是天然真火候自然升降自抽添也無弦望與晦朔也無沐浴共長篇異名掃除譬喻掃只斯兩句是真詮左右二字作前後看勿誤三丰自記

鉛火歌終

無根樹道情二十四首[四]

無根樹者指人身之鉛氣也丹家於虛無境内養出根株先天後天都自無中

三　張三丰著。校對版本：《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄要篇上・鉛火歌》

四　張三丰著。校對版本：《道藏輯要・畢集八・玄要篇下・無根樹道情二十四首》

生有故曰說到無根却有根也煉後天者須要入無求有然後以有投無煉先天者又要以有入無然後自無返有修煉根蒂如是而已二十四首皆勸人無根樹下細玩仙花其藥物氣候栽接採取之妙備載其中此道情之不朽者也

無根樹花正幽貪戀紅塵誰肯修浮生事苦海舟蕩去飄來不自由無邊無岸難泊繫長在魚龍險處游肯回首是岸頭莫待風波壞了舟

又

無根樹花正微樹老將新接嫩枝桃寄柳桑接梨傳與修真作樣兒自古神仙栽接法人老原來有藥醫訪明師問方兒下手速修猶太遲

又

無根樹花正青花酒神仙古到今煙花寨酒肉林不犯葷腥不犯淫犯淫喪失長生寶酒肉穿腸道在心打開門說與君無酒無花道不成

又

無根樹花正孤借問陰陽得類無雌鷄卵難抱雛背了陰陽造化爐女子無夫

爲怨女男子無妻是曠夫嘆迷徒太摸糊静坐孤修氣轉枯

又

無根樹花正偏離了陰陽道不全金隔木汞隔鉛陽寡陰孤各一邊世上陰陽男配女生子生孫代代傳順爲凡逆爲仙只在中間顛倒顛

又

無根樹花正新産在坤方坤是人摘花戴採花心花蕊層層艶麗春時人不達花中理一訣天機值萬金借花名作花身句句敲爻說得真

又

無根樹花正繁美貌嬌容似粉團防猿馬劣更頑挂起娘生鐵面顔提出青龍真寶劍摘盡牆頭朵朵鮮趁風帆滿載還怎肯空行到寶山

又

無根樹花正飛卸了重開有定期鉛花現癸盡時依舊西園花滿枝對月纔經收拾去又向朝陽補衲衣這玄微世罕知須共神仙仔細推

又

無根樹花正開偃月爐中摘下來延年壽減病災好結良朋備法財從茲可成天上寶一任羣迷笑我猷勸賢才休賣乖不遇明師莫强猜

又

無根樹花正圓結果收成滋味全如朱橘似彈丸護守堤防莫放閒學些草木收頭法復命歸根返本元選靈地結道庵會合先天了大還

又

無根樹花正亨說到無根却有根三才竅二五精天地交時萬物生日月交時寒暑順男女交時姙始成甚分明說與君只恐相逢認不真

又

無根樹花正佳對景忘情玩月華金精旺耀眼花莫在園中錯揀瓜五金八石皆爲假萬草千方總是差金蝦蟆玉老鴉認得真鉛是作家

又

無根樹花正多遍地開時隔愛河難攀折怎奈何步步行行龍虎窩採得黃花歸洞去紫府題名永不磨笑呵呵白雲阿准備天梯上大羅

又

無根樹花正香鉛鼎温温現寶光金橋上望曲江月裏分明見太陽吞服烏肝并兔髓換盡塵埃舊肚腸名利場恩愛鄉再不回頭空自忙

又

無根樹花正鮮符火相煎汞與鉛臨爐際景現前採取全憑渡法船匠手高强牢把舵一任洪波海底翻過三關透泥丸早把通身九竅穿

又

無根樹花正濃認取真鉛正祖宗精炁神一鼎烹女轉成男老變童欲向西方擒白虎先往東家伏青龍類相同好用功外藥通時內藥通

又

無根樹花正嬌天應星兮地應潮屠龍劍縛虎縧運轉天罡斡斗梢煅煉一爐

真日月掃盡三千六百條步雲霄任逍遙罪垢凡塵一筆消

又

無根樹花正高海浪滔天月弄潮銀河路透九霄槎影橫空泊斗梢摸着織女支機石踏遍牛郎駕鵲橋遇仙曹膽氣豪盜得瑤池王母桃

又

無根樹花正雙龍虎登壇戰一場鉛投汞配陰陽法象玄珠無價償此是家園真種子返老還童壽命長上天堂極樂方免得輪回見閻王

又

無根樹花正奇月裏栽培片晌時挐雲手步雲梯採取先天第一枝飲酒帶花神氣爽笑煞仙翁醉似泥託心知謹護持惟恐爐中火候飛

又

無根樹花正黃產在中央戊己鄉東家女西家郎配合夫妻入洞房黃婆勸飲醍醐酒每日醺蒸醉一場這仙方返魂漿起死回生是藥王

又

無根樹花正明月魄天心逼日魂金烏髓玉兔精二物擒來一處烹陽火陰符分子午沐浴加臨卯酉門守黄庭養谷神男子懷胎笑煞人

又

無根樹花正紅摘盡紅花一樹空空即色色即空識透真空在色中了了真空色相滅法相長存不落空號圓通稱大雄九祖超昇上九重

又

無根樹花正無無影無形難畫圖無名姓却聽呼擒入中間造化爐運起周天三昧火煆煉真空返太無謁仙都受天符纔是男兒大丈夫

無根樹道情二十四首終

返還證驗說[五]

七返九還之法下手興功先將上竅陽裏真陰入內金鼎氣海之中與下竅真陽配合陽裏真陰即是自家元神屬三魂下竅真陽即是身中元氣屬七魄其先後二氣一合則坎離自交魂魄混合神氣凝結胎息自定每日如外夫婦交情美快切不可着他水火自然既濟發運四肢如外火之生熖熖相似只要水火均平此是小週天火候調和薰蒸喉息倒回元海則外陽自然入內真火自然上沖渾身蘇軟美快無窮腹內如活龍動轉升降一日有數十樣變化嬰兒姹女自然成合此是採陰補陽一節修煉玉液還丹即築基煉己積內法財終日逍遙晝夜常明乃長生久視之初階也世人常借五穀養命數日不食則氣饑死矣若人年老下元虧損骨髓俱空不能勝五穀之氣是五穀能養人亦能殺人若會內外交接水火既濟氣血逆流五臟氣和脾胃開暢食入腹中亦能

[五] 張三丰著。校對版本：《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄機直講・返還證驗說》

化氣生精養神人果能得下手天機直候骨髓盈滿腹臍如孕婦人一般却不是有胎形相不過是氣滿精盈神全而已如果三全則真火煆煉調神煉虛大丈夫功成名遂之時也奉勸學人參訪宗師若求至人抉破一身內外天機明白下手速修煉己待時候一陽至擇地入室煉此龍虎大丹必要僻靜鷄犬不聞之處外邊又要知音道友不要一箇閒雜人來到恐防驚散元神先言和光同塵今言僻靜處何也煉己於塵俗養氣於山林是入室興功下手之時也要超凡入聖豈是小可的事必須要一塵不染萬慮俱忘絲毫無挂一刀兩斷永作他鄉之客終無退悔之心持空煉神守虛煉性渾身五臟筋骨氣血都化成青氣專心致志演神純熟成形受使星回斗轉隨心所變直養得渾身無有皺紋如蜘蛛相似上七竅生光晝夜常明身如太虛纔是正時候方可求仙道這應驗氣滿神全法財廣大方可煉大丹纔叫做一箇丹客工夫[六]既得時候自

六　米晶子注：筆記。再三重看，此章有宜最好。

至七竅光明三陽開泰神劍成形趁水順風發火雷轟電閃方奪外天機下手擒拏採吾身外真鉛以龍嫁虎驅虎就龍若會攢簇不失時節湛然攝起海底之金即開夾脊上泥丸落入水晶宫之内與木汞配合不過半刻攢簇已定真火冲入四肢渾身骨肉火燒刀割相似最難禁受就是十分好漢到此無一分主張防危慮險沐浴身心水火既濟頃刻間渾身如炒豆子一般相似一齊爆開渾身氣血都會成形説話就在身上鬧成一堆舌根下又有兩穴左爲丹井右爲石泉此正是廉泉穴隨骨脉一齊開下腎水上涌到如外水泉一般嚥納不完滋味甚異比糖蜜更不相同又其至妙者臨爐下手之初地將産其金蓮天亦垂乎寶露忽然一點真汞下降透心如冰涼即運一點神火隨之攢簇於交感宫内渾身湛然如千千戰鼓之鳴萬萬雷聲之吼又即是自己一身百脉氣血變化休要驚怕只要踏罡步斗執劍掌印這裏正是凶惡處三回九轉降師召將如此防顧於虚空中或見龍虎相交天地交泰日月交宫見衆仙諸佛工夫到此諸境發現切不可認他恐着外邪既認元神汞

鉛相投三日纔生大藥三日裏最難過遍世界都是邪境四面神號鬼哭八方殺氣狼煙此正是大開關工夫到此十箇九箇都嚇殺了心不可有恐佈蓋己雖化成神却是陰神陰神最靈能千變萬化諸境爲害他豈肯善善降伏前人説得好你會六通神方纔脱生死你若不會六通神休想成道混沌又至三十時辰二日半氣氣相通氣滿至極忽然活潑潑地逆出太陽流珠脱殼入口百萬龍神盡皆失驚此是元陽真丹藥入口始知我命不由天也仙云這回大死今方活又云一戰而天下平即是此等地位這纔是天地交泰日月交宮真陽之藥到口頃刻周天火發骨胎化作一堆肉泥陽神脱體撒手無礙專心致志持空養虛以空養神以虛養心隨心變神夫萬物皆天地生發吾萬神朝拜而賓服厭居塵世逍遙蓬島自有三千玉女奉侍終日蟠桃會上飲仙酒戴仙花四大醺醺渾身徹底玲瓏海底龜蛇出現萬神受使纔是真鉛真汞顛倒渾身紫霧毫光瑞氣千條五龍大蟄法也煉之百日玄關自開嬰兒顯相龜蛇出現自然蟠繞學者到此地位口中纔乾得外汞

煉之六箇月體似銀膏血化白漿渾身香氣襲人口中出氣成雲此是靈丹成熟一塊乾汞人服之永不死矣亦能治死人返活煉之十箇月陽神脱體一身能化爲千萬身只候十二月奪盡天地全數陽神已就渾身出入只七萬四千陽神步日月無影入金石無礙入水不溺入火不焚刀兵不能傷鬼神不能測變化無窮已成真人也渾身氣候無不是真藥鷄餐成鳳犬食成龍此理鬼神也難明若不見過這樣言語必不信大藥金丹也造化工夫三回九轉七返八還火候細微攢簇口訣只在三五日間把天地都顛倒過都是自然人身造化陰陽亦是自然却要體天地造化方可成就事從做過見過從試應驗到自然處工夫雖是一年火候細微只在百日之内動静凶惡只在幾日一時裏得内外攢簇頃刻湛然聖胎成就産黍米之珠吞入腹内周天火足脱胎换骨只是要持空養虚餘皆自然今人果得明師指示先煉己

七 原文爲『只』，疑爲『八』

於塵俗積鉛於廛市攢年簇月攢日簇時大定之中只在一剎那間不出半箇時辰把天地都顛倒過運火十月之工體天地自然之法若不能死中求活焉能逃出三災八難哉

返還證驗說終

一粒黍米說八

此物在道門中喻真鉛真汞一得真得不可着於乾坤日月男女上只於己身內外安爐立鼎煉已持心明理見性之時攢簇發火不出半刻時辰立得黍米玄珠現於曲江之上刀圭入口頃刻一竅開百脉齊開渾身筋骨五臟血肉都化成氣與外水銀相似到此時候用百日火功方有靈妙一得永得無有返還住世留形煉神還虛與道爲一矣

八　張三丰著。校對版本《道藏輯要·畢集八·玄機直講·一粒黍米説》

此物在佛門中說是真空真妙覺性下手端的煉魔見性片晌功夫發起三昧真火返本還元一體同觀大地成寶霞光萬道五眼六通煉金剛不壞之身了鬼神不測之妙也

此物在儒門中說是無極而太極依外天地而論無極是天地週圍日月未判之前四維上下混混沌沌如陰霧水氣直至時到氣滿相激纔是太極是時也日月既生清濁自分在上爲天在下爲地天之清氣爲純陽地之濁氣爲純陰雨露從天降是陽能生陰萬物從地生是陰能生陽天地是箇虛無包藏無窮盡無邊際天之星宿神祇動靜轉輪各有方位地下萬物按四時八節自然發生總論只是虛空夫日月是天地之精上照三十三天下照九極萬泉東西運轉上下升降寒暑往來日是純陽之體內含着一點真陰之精屬青龍姹女甲木水銀金烏三魂即是外月是純陰之體內含一點真陽之氣屬白虎嬰兒庚金朱砂玉兔七魄即是內人身造化同天地故人身亦有真日月道在邇人何求之遠也三魂屬性性

在天邊七魄屬命命在海底内外通來性命兩箇字了却萬卷丹書性屬神是陰命屬氣是陽故曰一陰一陽之謂道千經萬卷皆是異名然真性命及幻法象若不得真傳則又不可知耳仙云四大一身皆屬陰未知何物是陽精有云涕涶精津氣血液七般靈物總屬陰乃後天渣質之濁陰非真陰也真陰與真陽相對真陰既不知焉能知真陽乎今之學者不惟不知真陽亦且不知真陰若知真陰亦必知真陽矣不遇明師焉能猜度學者窮取一身中天地人三才之妙窮一身内外真爐鼎之端的及一身内外陰陽之真消息如不得旨一見諸書異名心無定見執諸旁門無有辨理既不知窮理則心不明心既不明則不能見性既不能見性焉能至命古人云只爲金丹無口訣教君何處結靈胎

一粒黍米説終

登天指迷說[九]

有一等小根盲人見先聖所言外陰陽外爐鼎外藥物執迷子女爲鼎器則又可哀已也

假使有緣之士得遇真師先行玉液還丹煉己和光操持涵養迴光返照此即見性明心之事也

大用現前龍女獻一寶珠金光發現至此方爲一得永得亥子之交剥復之間於太陽初動興功時手探月窟足躡天根回風混合從此有百日功靈之妙此金液還丹乃陰陽五行之大道也除此玉液金液性命雙修清静自然之道餘皆旁門小法某於一身內外安爐立鼎攢簇口訣藥物火候細微已得虛空法度便去入室行外藥入腹大事發火行功到祕密處有虛空萬神朝禮仙音戲頂此事鬼神難明怎奈因自己不能煉己於塵俗末得積鉛於市廛氣脉又末

九 張三丰著。摘自《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄機直講・登天指迷說》

甚大定基址也未得三全理雖融而性未見故萬物發現凶險心神恍惚不能做主又因外邊無知音道侶護持看守觸其聲色驚散元神激鼎翻爐劣了心猿走了意馬神不守舍氣不歸元遭其陰魔何爲陰魔我不細言後學不知皆因真陽一散陰氣用事晝夜身中神鬼爲害不論睁眼合眼看見鬼神來往即耳中亦聽得鬼神吵鬧白日閒覺猶可到晚來最難過不敢静定一時我身彼家海底命主兑金之戊土冲返五臟氣血皆隨上騰身提不着他殺身喪命真乃鬼家活計也某乃暫弃前功遵師訓指大隱市廛積鉛塵俗攝情歸性殺機返覆自幼至老被天地人物盜去的天真今於虛無中塵色内却要奪盜返還於我天性之中方得元精元氣元神之三全至是乃心明理融理融見性身心大定五行攢簇纔去行上等事而了大道想前代賢哲多有中道而廢皆因未曾煉己持心金來歸性以至二候得藥於四候進火之時不知虛空法度麤心大意是以白玉蟾有再砍秋鈎節之嘆焉誰知虛空消息至微至凶至惡若是擒捉不住定不饒人若是學人知一身内外兩箇真消息了然無礙方去操持

涵養克去己私復還天理則還丹工夫至簡至易終日採吾身外之黃芽以候先天之瓊漿此正是飲酒戴花悟長生之妙也若混元一事則無意無必無固無我恁生恁死忘人忘物如游手好閑不務生理終日穿街過巷玩景怡情淫房酒肆兀坐忘言豈不動世人之驚疑哉攝境積鉛法財兩用豈不致俗子之笑謗哉是以必資通都大邑有力之家以爲外護日擊道存韜光晦跡仙云要貪天上寶須用世間財夫天上寶非指青天之上而言也乃吾身上九陽鼎之寶也故軒轅鑄九鼎而飛昇

登天指迷説摘録終

天仙正理直論增注[一]

直論九章

先天後天二炁直論第一

冲虛子曰昔讀玉皇心印經云上藥三品神與氣精固然矣

本注云人以精氣神三者以生此身亦以精氣神而養此身於世間凡從人胎生者皆如此仙與佛同是人胎中有此身心而來者故亦同修此三者而成果學仙佛者當知

然其間有秘密而當直論者正有說焉

秘密者先天後天之說也上古未說之秘中古聖真亦說之特未詳故後世人有遇傳者有不遇傳者有知者少不知者甚多

一　明・伍冲虛著。校對版本：河南人民出版社1987年版《道藏》影印本《伍柳仙宗・天仙正理》

唯是神與精也祇用先天忌至後天

先天是元神元精是有變化有神通之物也後天者思慮之神交感之精無神通變化之物也

而炁則不能無先後天之二用以爲長生超劫運之本者

真陽曰二炁者先天是元炁後天是呼吸之氣亦謂之母氣與子氣也超劫之本乃元炁不自能超必用呼吸以成其能故曰有元炁不得呼吸無以採取烹煉而爲本有呼吸不得元炁無以成實地長生轉神入定之功必兼二炁方是長生超劫運之本也

所以呂祖得先天炁後天氣之旨而成天仙也

純陽真人初聞道而未甚精明及見入藥鏡云先天炁後天氣得之者常似醉之說而後深悟成道故真人自詩云因看崔公入藥鏡令人心地轉分明是也

然所謂先天炁者謂先於天而有無形之炁能生有形之天是天地之先天也即是能生有形之我者生我之先天也

天從元炁所生我亦從元炁所生

故亦曰先天修士用此先天始炁以爲金丹之祖未漏者即採之以安神入定

未漏童真之體即用童真修法

已漏者採之以補足如有生之初完此先天者也

凡在欲界精已漏者遇此先天炁將動而欲趨欲界則採取烹煉還補爲離坎之炁而先天依舊完足即是金丹服此金丹則超出欲界之上而成神仙天仙矣

夫用此炁者由何以知先天之真也當静虛至極時

即致虛極守静篤之説

無一毫念慮

念慮原是妄想心

亦未涉一念覺知

此在不判不動之時尚在將判之先者

此正真先天之真境界也

佛宗所謂不思善不思惡在恁麼時與此同

如遇混沌初分

即鴻濛一判

即有真性始覺真炁始呈是謂真先天之炁也

真陽曰先天之炁藏氣穴雖有動時猶是無形依附有形而爲用者始呈而即始覺尚未墮於形體之用故曰炁之真若依形體而用則旁門邪說之所謂氣者

修士於此下手須要知採取真時

真陽曰真時者藥生之時易知而辨所以可用不可用之真時則難知非由真仙真傳者不可得此非邪說之所謂時者

知配合真法

即以神馭氣之説

知修煉真機而後可稱真仙道

真機者總上二者皆是鼎器要真不真則真炁墮於空亡火候要真不真則明明進退之陽火而不陽火暗合進退之陰符而不陰符者不可故修煉之機要知之真而後可行可成知不真則不可行不可成

所謂後天氣者後於天而有言有天形以後之物

若風氣之類曰巽風者

即同我有身以後有形者也

若呼吸氣之類亦喻巽風者

當陰陽分而動靜相乘之時

此言陰陽是言太極一中分陰陽爲二神炁是也陰陽俱有動靜故相乘如二分四之說今人若不信陰陽同有動靜者如睡濃時炁固靜神亦靜睡醒時炁亦屬動靜亦屬動即如世法俗語便見道理自然循環是如此者

有往來不窮者爲呼吸之氣

何故說往來不窮以呼吸在睡時也有在夢時也有在覺時也有在飲食時未飲食時皆有故曰不窮若神炁歸於元位似不見有則曰元神元炁不與睡中呼吸顯然同相及其神炁同動判然靈覺有照有應顯然不無唯聖真有修者而後有證以凡夫之呼吸者運至真人呼吸處以凡夫之呼吸窮而死者修成真人之呼吸窮而長生不死以超刼也

有生生不已者爲交感之精故曰後天自呼吸之息而論

此言凡夫呼吸自然之理

人之呼出則氣樞外轉而闢吸入則氣樞内轉而闔是氣之常度也自交感之精而論由先天之炁動而爲先天無形之精

真陽曰先天炁精俱是無形之稱在虛極靜篤時則曰先天元炁及鴻蒙將判而已有判機即名先天元精其實本一也

觸色流形變而爲後天有形之精

若人不遇色欲邪婬必不成後天有形之精此乃人生日用而不知者

是精之常理也皆人道若此而已

人道者言順則爲人時之道也此書篇篇皆先言順而後言逆修見其即自家所有以修自家如釋迦所謂衆生即佛之意

後天而奉天者也修士於此須不令先天元精變爲後天又必令先天之精仍返還爲始炁

即是歸於原相復還命蔕之所始炁者即虛之極静之篤也

是以後天氣之呼吸得真機而致者故於動静先後之際

即所謂如亥之末如子時之初便是

用後天之真呼吸尋真人呼吸處

李云只就真人呼吸處故教姹女往來飛又即張紫陽真人所謂一孔玄關竅乾坤共合成又云橐天籥地徐停息者皆是

一意歸中

即以神馭炁凝神入氣穴之理

隨後天氣軸而逆轉闔闢

元炁固要逆修而呼吸之氣亦要逆轉不逆轉則與凡夫口鼻咽喉浩浩者何異所以言真呼吸者以此

當吸機之闔我則轉而至乾以升爲進也當呼機之闢我則轉而至坤以降爲退也

乾天在上自下而上機似於吸入故曰闔曰升亦似古之言進升於乾本爲採取之旨坤地在下自上而下機似於呼出故曰闢曰降亦似古之言退降於坤本爲烹煉之旨然現在之烹煉又爲未來採取之先機此道隱齋特言之密旨也

周南餘庠友初至道隱齋問曰何爲進退冲虛子言進退者亦虛喻耳其實不見有似進退何也古云子巳六陽時進陽火三十六午亥六陰時退陰符二十四此言陽時所行則曰陽火陰時所復則曰陰符皆言火也以九陽六陰多少之數言進退亦一定之數也故不似進退非漸加漸減之爲進退而亦非外進内多退少爲進退我故曰不似進退而虛喻進退也又按古云陰符者暗合也其周天中暗合者亦有只曰沐浴之不行火候而暗合於有火候者但不在六陰時而俱可言暗合後世人執進退二字要說進妄以自外而進於内自少而進於多又要退妄以有而退於無如王道所謂戌滅亥休之說吾故曰皆說得不似此說只以升爲進降爲退謂候中只有升降必要似子進陽火午退陰符從此喻說而已

修煉先天之精合爲一炁以復先天者也

真陽曰此一段即言小周天所當用之機火候所不傳之秘在是修煉金丹之士只要闔闢明得透

徹則金液可還而爲丹若闔闢不明則藥不能生而亦不能採取烹煉大藥無成枉費言修

世人乃不知先天爲至清至靜之稱所以變而爲後天有形之呼吸者此先天也動而爲先天無形之精者亦此先天也化而爲後天有形之精者亦此先天也此順行之理也

元炁爲生身之本凡一身之所有者皆由元炁所生化

至於逆修不使化爲後天有形之精者固此先天也不使動爲先天無形之精者定此先天也不使判爲後天有形之呼吸者伏此先天也證到先天始名一炁是一而爲二三而復一有數種之名

即一生二二生三三生萬物之説

即有數種之用

故不知先後清濁之辨不可以採取真氣

眞炁者即先天元精清者也後天交感之精濁者也則不真

不知真動真靜之機亦不可以得真炁

虛之極靜之篤則曰真靜未到極篤無知覺時不爲真靜從無知覺時而恍惚有妙覺是爲真動未到無知覺時而於妄想中强生妄覺則非真動動既不真則無真炁者

不知次第之用

次第者次藥生之真時採藥歸鼎封固進陽火退陰符周天畢有分餘象閏等用

採取之工

由升降之機得理則能採取得炁不然不得真炁縱用火符亦似水火煮空鐺而已

又何以言伏炁也哉古人有言藥物者單以先天炁而言者也有言爲火候者單以後天氣而言者也不全露之意也有言藥即是火火即是藥雖兼先後二炁而言蓋言其有同用之機藥生則火亦生用藥則亦用火故曰即是亦不顯露之意也後來者何由得以明悟耶修天仙者不可以不明二炁之真

藥物直論第二

前先天後天已兼火藥論矣此則單論藥之先天

冲虛子曰天仙大道喻金丹金丹根本喻藥物果以何物喻藥也

煉外丹者以黑鉛中所取真鉛白金煉成金丹故内以腎水中所取真炁同於金煉成内丹亦名曰金丹外以白金爲藥以丹砂爲主内以真炁同於金者爲藥以元神本性爲主故同名金丹同喻藥物

太上云恍恍惚惚其中有物

恍惚者是本性元神不着於知覺思慮似知覺之妙處其中便有物

即吾身中一點真陽之精炁號曰先天祖炁者是也夫既名曰祖炁則必在内爲生氣之根者而又曰外藥者何也蓋古云金丹内藥自外來以祖炁從生身時雖隱藏於丹田却有向外發生之時

如生視生聽生言生動生婬慾皆此一炁化生如思外之色聲香味觸法皆由炁載思以致之

即取此發生於外者復返還於内是以雖從内生却從外來故謂之外藥煉成還丹斯謂之内藥又謂大藥

古云鉛汞相交而産黄芽即此大藥便是黄芽

實止此一炁而已今且詳言外藥内藥之理而所以名外藥内藥之由

聖真學者究此一段則邪說媱風一筆掃盡矣

既曰藥本一炁也非有外內之異而何有外內之名者以初之發生總出於身外而遂曰外藥若不曰外則人不知採之於外而還於內將何以還丹及精補精全炁補炁足神炁俱得定機

真陽曰定機者將用大周天之先機也若小周天則不定之候故小周天有止火之候者以其不定能傷將定之藥張真人所言若持盈未已不免遭危殆之說便是

於此時發生大藥者

真陽曰大藥不自發生必採之而後發生不似微陽初動爲自發生也然必求何以知採大藥之時知前止火之候則知即採此大藥之時

全不着於外祇動於發生之地因其不離於內故曰內藥

昔人每注只說炁是外藥神是內藥者不是

若不曰內則人一概混求於外則外無藥無所得而阻於小果空亡

此言只可長壽而非不死可超劫運者

將何以化神所以先聖不得已而詳言内外也

張真人云内藥須同外藥俱與此同

既有外内之生所以採之者亦異蓋外藥生而後採者也

純陽真人云一陽初動中宵漏永紫陽真人云牽將白虎歸家養者是也

内藥則採而後生者也

自邱真人傳於張李曹三真人以及伍冲虛子所謂七日口授天機以採大藥者是也張紫陽亦謂不定而陽不生

此亦往聖之不輕言直論者我今再詳言之以繼世尊所爲重宣偈者云此炁在人未有此身即此炁以生其身

此炁不足者則不能生子之身少者老者皆具此形少者炁足能生子老者炁不足故不生子觀此明知形不能變化生生而炁能生

既有此身則乘此炁運行以自生故曰修士亦惟聚煉此炁而求長生也

惟能煉則能聚煉聚久之而大藥生爲能起死回生之真仙藥也

但其變化雖在逆轉 一炁而其爲逆轉主宰則在神

即神返身中炁自回之說

若念動神馳引此炁馳於慾界則元神散元炁耗變爲後天有形之精此精必傾

有形者終有壞也

不可復留亦不可復返終於世道中之物而已乃無益於丹道之物也若人認此交姤之精爲藥即爲邪見

丹道以無形元炁爲藥既已有形則不能復爲無形之藥既已媱媾則炁已耗盡且千人千敗萬人萬敗何曾見有一人不敗媱精而能採來補精得長生不死者乎是以修金丹者不用媱媾之精者以其炁不足不能長生故也

如遇至靜至虛不屬思索不屬見聞覺知

總是虛之極靜之篤者

而真陽之炁自動

虛静之極自動方是循環自然妙處

非覺而動實動而覺覺而不覺復覺真玄

覺而動者先覺後動也動而覺者先動後覺也

即是先天宜用之藥物此時即有生化之機

可以凡可以聖

而將發生於外者在如天地之炁過冬至而陽動必及春而生物者然也

冬至陽初動謂之微陽孔子於復卦之大象云至日閉關安静以養微陽陽微故不能生物亦不能爲藥

故順而去之即能生人逆而返之則能生仙生佛修士最宜辨此一着以先天無念元神爲主返照内觀凝神入於氣穴則先天真藥亦自虛無中返歸於鼎内之炁根

即炁之穴也

爲煉丹之本古云自外來者如此此外藥之論也將此藥之在鼎者以行小周

天之火而烹煉之

俞玉吾云若知有藥而不得火候之秘以煉之唯能暖其下元非還丹也

謂之煉外丹

此正三家相見之謂亦迴風混合百日功靈之說

外丹火足藥成方是至足純陽之炁

炁不化陰精便是純陽之真炁也

方可謂之坎中滿者曹還陽真人口授以採大藥之景及採大藥之法者正爲此用也

還陽真人云有可採大藥之景到便知藥成而有大藥可採景不先到藥未成也

夫採之而大藥生而來斯固謂之得內藥矣或有採之而大藥不生者有三故焉一者或外丹已成

從初陽之微而修補至於真炁純陽謂之外丹成

而採此藥之真工不明而不知所以採之故不得

此由學者志不大心不堅前修功行少今修福力薄仙師只傳以補精築基之功特小成其長生之果者

二者或小周天之火傳之真而行之不真而外丹不成雖知採之而無藥可採故不得

此即馬真人門下弟子問我行道三年尚道眼不明是何故真人曰行之不精

三者火傳之真行之真而候不足

老師昔云火有止候到方是火足藥成候不足止景不到必不可止火

而藥炁不至於純陽雖知採之而藥不爲之採故亦不得藥之不可得則不得曰內藥也

此三者總言採藥之不得即是道之不成示此以爲學者自勉可不知所懼哉

採得此藥以服食而點化元神張紫陽謂之取坎填離正陽真人謂之抽鉛添汞祗皆言得此內藥也慾將此炁煉而化神必將此炁合神爲煉

古云煉炁化神後人不知如何言化神炁人所自有者炁因婬姤而消耗神因婬慾而迷亂故皆不

足而漸趨於死真人修煉先以神助炁煉得炁純陽而可定後以可定之炁而助神神炁俱定炁至無而神至純陽獨定獨覺即謂炁之化神可也

煉作純陽之神則有大周天之火候在焉

仙家稱爲懷胎爲胎息言如在胎時自有息而至無息佛謂之四禪定華嚴經云初禪念住二禪息住三禪脉住四禪滅盡定是也

當是時也火自有火而至於無火藥自有藥而至於無藥自純陽炁之無漏以成純陽神之無漏而一神寂照則仙道從此實得矣皆藥之一生之真兩採之真兩煉之真以所證者辨藥者爲仙家之至要秘密天機學者可不知辨哉然古人但言藥物而不言辯法不言用法又不言採時採法一藥之虛名在於耳目之外故後人無以認真我且喻言之如一草一木之爲藥

佛有藥草之喻者

有生苗之時有華實之時自一根而漸至成用者如此真陽之藥自微至著採而用爲修煉者亦如此

即初九潛龍勿用及九二見龍利用之說

我所以直言此論者正以申明古人所謂藥生有時令人人知辨而知用也世人見此論而信不及者則將何處得真陽將指何者爲真藥物哉吾願直與同志者共究之慎毋信邪說婬精不真之藥物爲誤也

鼎器直論第三

沖虛子曰修仙與煉金丹之理同聖聖真真無不借金丹以喻明夫仙道仙道以神炁二者而歸復於丹田之中以成真金丹以鉛汞二者而烹煉於爐鼎之內以成寶故神炁有鉛汞之喻而丹田有鼎器之喻也是鼎器也古聖真本爲煉精煉炁煉神所歸依本根之地而言也世之愚人遂專於煉鉛煉汞而墮壞其萬劫不可得之人身

愚人不知身中先煉者爲外丹服食執鼎器之說只信煉鉛汞金石外藥爲服食不死至失人身而不能救此鼎器之說誤人亦甚矣

妖人婬賊遂妄指女人爲鼎指婬姤爲煉藥取男婬精女婬水敗血爲服食誑

人自誑補身接命

游方之士及一切居家愚人以女人爲鼎器以婬姤爲煉接命之藥取男泄之婬精陰户出之婬水經後之敗血從廣胎息書之説皆服食之爲接命不死夫世法中猶慎於婬姤婬姤傷多者有房勞之病而死隨之矣正損身喪命之事反誣曰補身接命且食有形之物同飲食入脾肚出二便即令婬精婬水食之亦入脾肚出二便飲食不能無死精與水亦不能無死假使食精與水可無死食尿屎爲自己所出者亦可無死乎故鍾離云若教異物堪輕舉細酒羊羔亦上升是也此皆由鼎器之説不悟者

而誤弃其性命本自有之真宗

性即元神命即元炁是我生身本來之所自有者神外馳爲婬想炁外馳行婬事皆所以速死者真人以神馭炁同歸於炁穴根本處禁之令久住於中而不可出以此禁固之義亦曰鼎器

盡由鼎器之説誤之也一鼎器之名而迷者與悟判塗敢不明辨而救之哉夫是鼎器也爲仙機首尾歸復變化之至要者也

首尾者煉精化炁煉炁化神也既用火候爲烹煉必有鼎器爲封固既以神炁歸於丹田之根則丹

田便是鼎器方有妙用

若無此爲歸復之所而持疑無定向則神何以凝精炁歸穴耶然鼎器猶是古來一名目也

凡有一虛名者必有一實義故世尊所說欲明佛法每借權顯實仙家每有言皆欲顯實故真仙真喻者固多而邪說混入邪喻者更甚

不知身中所本有者有乾坤爐鼎之喻也

乾爲上田亦天在上坤爲下田亦地在下故中和集所說亦有天地爲爐鼎者曰鼎鼎原無鼎者

亦有內鼎外鼎之稱者

有稱金鼎銀鼎者有稱鉛鼎汞鼎者水火鼎硃砂鼎者

言外鼎者指丹田之形言也

佛喻曰法界修行佛法之界也

言內鼎者指丹田中之炁言也

佛喻曰華藏曰寂光國土

以形言者言煉形爲煉精化炁之用故古云前對臍輪後對腎中間有個真金鼎者是也

仙道神馭炁之必歸於此安止於此禁之不令外動故鼎器關煉鉛汞者似之

以炁言者言煉炁爲煉炁化神之用故古云先取白金爲鼎器

此旌陽真君之説也古以黑鉛喻腎腎中發生真炁取之而喻曰取白金有此白金之元炁是得長生超劫運之本方安得元神住亦以長生超劫運故曰先取爲鼎器以還神也

又曰分明内鼎是黃金

白金内有戊土之黃色故亦稱曰黃金以上喻同

言白言黃皆言所還之炁是也兹再擴而論之無不可喻鼎器者當其始也

即初關煉精化炁時

慾還先天真炁惟神可得則以元神領炁并歸向於下丹田而後天呼吸皆隨神以復真炁即借言神名内鼎者也可若無是神則不能攝是炁而所止之下田爲外鼎者又炁所藏之本位即所謂有個真金鼎之處

此言丹田既爲外鼎則神亦可爲内鼎也

必凝神入此炁穴而神返身中炁自迴

真炁陽精發生時必馳於外者故欲其返迴神知炁之在外則神亦馳在外亦欲返迴者當其炁之在外而神亦隨之在外及神返身中炁亦隨之返于身中故曰神返身中炁自迴也

炁所以歸根者由此也及其既也欲養胎而伏至靈元神

即中關煉炁化神時

惟炁斯可

人生在世間惟是炁載神修仙出世間亦用炁載神

則以先天元炁相定於中田

參同契云太陽流珠常欲去人忽得金華轉而相因又佛家六祖盧能云心是地性是王王居心地上性在王在性去王無之説皆是

似爲關鎖而神即能久伏久定於中

太上云轉神入定

即如前言炁名內鼎者也可若無是炁

即墮孤陰之說

則不能留是神

神無所依着則出入無時馳爲視聽言動之妄若依炁爲念則無向外妄念矣

而所守之中田爲外鼎者又神所居之本位故神即靜定而寂照者如此也

初煉精化炁固以神爲炁之歸依及煉炁化神又以炁爲神之歸依神炁互相依而相守緊緊不得相離眞可喻鼎器之嚴密一般

盡皆顛倒立名以闡明此道耳故吕仙翁又曰眞爐鼎眞橐籥知之眞者而後用之眞用之眞者而後證果得其眞豈有還丹鼎器之所當明者而可不實究之耶

此又結言自身有還丹鼎器之當究

又豈有取諸身外而可別求爲鼎器者耶

此又結言泥土金鐵鼎器及女人假稱爲鼎器者俱不可信信之則必誤喪性命

昔有言總在炁聖性靈而得者斯言亦得之矣

白玉蟾云只將戊己作丹爐煉得紅丸作玉酥蓋戊爲腎中氣名白金者曰戊己即心中之本性曰己戊己原屬土故曰土釜即鼎器之別喻也張紫陽曰送歸土釜牢封固是也

夫還神攝炁妙在虛無

虛無者乃真先天神炁之相也神無思慮炁無媱姤

必先有歸依

神依炁炁依神神炁相依而又依中下之外鼎

方成勝定

勝定者最上乘至虛至無之大定也古云心息相依久成勝定

此鼎器之辨不可忽也

火候經第四

冲虛子集說火候經

諸篇皆論此獨名曰經者皆古高真上聖傳於永劫真常不易之經語也

曰天仙是本性元神

仙由修命而證性故初關是修命中關是證性

不得金丹不能復至性地而爲證金丹是真陽元炁不得火候不能採取烹煉而爲丹故曰全憑火候成功

吉王太和重問火候冲虛子集聖真諸言而爲此經意曰古仙聖真皆不傳火雖有火記六百篇篇篇相似採真鉛玉皇心印經曰三品一理妙不可聽觀此言雖曰不傳似亦傳之矣雖曰傳之又似不傳矣我每亦遵之不敢傳火及見見在世人人惑於妖妄邪媱個個不知仙道正門乃懼未來聖真無所趨向故又不敢不言言之簡而人亦不徹悟猶之夫舊事也言之詳又嫌於違天誡因世人于古云火有候有作爲此言若先入心便責彼言無候無作爲者爲非于古云火無侯無作爲此言若先入心便責言有候有爲者爲非竟不知當有候有爲我亦當有當無候無爲我亦當無所以紫陽真人嘆云始於有作無人見及至無爲衆始知但信無爲爲要妙孰知有作是根基昔禪宗人亦云你有一個拄杖子我與你一個拄杖子你無一個拄杖子我奪却你一個拄杖子即此說也我故全集衆仙真秘訣而次第之說破逐節當有當無直指世之愚迷遇師時當以此爲參究

昔我李祖虛庵真人云饒得真陽决志行若無真火道難成周天煉法須仙授世人説者有誰真

此言仙道必要仙傳而後可修成仙俗諺云要知山下路須問去來人若世人所傳者只是世法甚非仙道古仙云若教愚輩皆知道天下神仙似水流彼自己尚無學處將何以教人前七句是必用真火候之斷此四句是必用真火候引證之案以斷案破其題

且謂上古聖真不立文字恐人徒見而信受不及

今世人亦不信書以書正不作巧言故不足取信於人唯邪人能造巧言故能取信於人

中古聖人借名火候而略言之而世又不解知及見薛道光言聖人不傳火遂委於不參究雖有略言者亦不用競取信於妖人之口而已我故曰火候誰云不可傳

既不可傳何故有火記六百篇

隨機默運入玄玄達觀往昔千千聖呼吸分明了却仙

此直言説出火候只是呼吸二字

豈不見陳虛白曰火候口訣之要當於真息中求之

靈源大道歌云千經萬論講玄微命蒂由來在真息

此又直說出火候只是真息真息者乃真人之呼吸而非口鼻之呼吸

陳致虛曰火候最秘其妙非可一概而論中有逐節事條

即我張李曹三真人相傳以來所云採藥之候封固之候起小周天之候進退顛倒之候沐浴之候火足止火之候採大藥之候得大藥服食之候大周天之候神全之候出神之候等皆是

可不明辨之乎

張紫陽曰始於有作無人見及至無爲衆始知但信無爲爲要妙孰知有作是根基

有作者小周天也無爲者大周天也蓋火候行於真人呼吸處此處本無呼吸自無呼吸而權用爲有呼吸以交合神炁久煉而成大藥者必用有爲也不如是則道不真無人見者秘傳之天機而密行之古先聖真誡人曰知之不用向人誇是也所謂聖人不傳火者不輕傳此也世人邪法皆用有爲仙家之有爲則不同邪說之有爲皆着相仙家之有爲不着相此尤爲無人見者此以前皆從無

入有也以後皆從有入無也然呼吸本一身之所有也先自外而歸於內則內爲有故大周天必欲至於無然無者非不用火而言無乃是火候行之妙於無者此火危險甚大因有爲之火易行無爲之火難行也不能無之是危險能無之而或少有一毫雜於有亦是危險無之而或間斷不行亦是危險故紫陽亦囑之世之愚人俗子但見無爲便猜爲不用火遂其所好安心放曠者有之或猜爲始終只用一無爲而已不求所以當有爲於始者有之故曰但信無爲孰知有作此紫陽甚言當有無雙用之旨也

純陽真人曰一陽初動中霄漏永

此下一段皆言活子時之火候

魏伯陽真人曰晦至朔旦震來受符

此以一月爲喻也晦者月終之夜無光喻身中陰靜之時晦而至於次月朔旦者初一也震來者震一陽動於下爻以喻身中真陽精炁之生蓋藥生即火當生震陽既動而來則當受火符以採取烹煉之也上節純陽之說以一日爲喻者中宵爲夜之半即子時之義漏永者火符之刻漏籌數也古人或以日喻或以月喻或以一年喻無所不喻不過借易見者以發明火之不可言者學者皆不可

以喻認真但恍忽喻似身中之理而猶非實似也

陳朝元曰

即玉芝書

凡煉丹隨子時陽炁生而起火則火力方全餘時起火不得無藥故也

有藥方能造化生故起火煉藥無藥時不必用火故起火不得若强用火便是水火煮空鐺鐺是炊飯器

陳泥丸曰十二時辰須認子

丹道一周天之用須用真活子時而起火天道一日十二時本有子夜半之時也丹道雖喻子而非可執按其子者于此十二時中皆可有陽生火生之子故稱曰真活子時爲其不拘夜半之死子也

修丹者當於天時中認取丹道當生火之活子時若不知活則謂之當面錯過

白玉蟾曰月圓口訣明明語時子心傳果不訛

月圓則陽光盛滿喻陽炁發生之盛可採取煉之而可成金丹仙機採有時者即此若不及圓則陽不旺採之亦不成丹亦不能長生不死故千叮萬囑要知時時子者身中陽生之子時必得仙師心

傳口授而後得其時之真

彭鶴林曰火藥元來一處居看時似有覓時無

藥是先天元炁本無形若以無形而致疑曰不知有所得無所得是終于不得成我則信其無之至真亦以無之妙用而採取烹煉便是真虛無之仙道也火本呼吸之有形若即以有形用之則長邪火以有而用之似無火藥一處居俱於無中得有之妙所以謂之似有似無

予老祖師李虛庵真人曰一陽動處初行火卯酉封爐一樣温

一陽動同純陽之說但曰採取封固曰沐浴温養總要無有雙忘同于太虛

此皆言藥生即是火生以明採藥起火之候也

此是冲虛子總結上一大段之說者採藥者子時火之前也起火者子時火之事也二者必要分明所以達摩云二候採牟尼四候別神功是也

正陽真人曰結丹火候有時刻

此下皆言從起火於子行十二時小周天火候正烹煉金丹之候故曰結丹有時刻

蕭紫虛曰乾坤橐籥鼓有數

橐籥者鼓風吹火之具喻往來呼吸之息即乾呼而坤坤吸而乾之義有數者即乾用九坤用六之數也

離坎刀圭採有時

離心中之神曰己土坎腎中之炁曰戊土上下二土成圭字戊己合一者稱刀圭以喻神炁合一者亦稱刀圭然刀圭由得二土合煉而成又必先知採取二土之時方能成二土之圭不知採時必不成二土之圭也

玉鼎真人曰入鼎若無刻漏靈芽不生時候不正有何定其斤兩升降哉

真陽曰入鼎者真陽之精炁既還於炁穴必要刻漏之火候煉之則黃芽大藥方生有刻漏則知之時已完當用二時六陽用進六陰用退方合正理又能合神炁二者皆半斤八兩又如用一時之刻漏當升當降者不當升降者方有定理

玄學正宗曰刻漏者出入息也

此直言刻漏是出入息之別號刻漏者是晝夜十二時各有刻數每有幾點漏滴之聲以應一刻再至多漏以應一時今言此以喻呼吸之息也以漏數定刻數即如丹道中以真息數定時數也

廣成子曰人之反覆呼吸徹於蒂一吸則天氣下降一呼則地氣上升我之真炁相接也

黄帝於崆峒山石中得陰符經請問文義於天真皇人及廣成子記其言曰三皇玉訣云反覆者上中下三田旋轉之義呼吸者真人之呼吸非凡夫之呼吸徹於蒂者通於炁穴之處吸降呼升者似於反説大抵丹書反説者甚多我以理及事詳究之皆吸升呼降合於自然方得可有可無之妙

予師曹還陽真人曰子卯午酉定真機顛倒陰陽三百息

子卯午酉者入藥鏡所謂看四正者即此四時也

入藥鏡所言在脱胎大周天之後也此言乃小周天也小大事不同而用同何也心印經云三品一理是也我北真孫不二所言無内藏真有有裏却如無即此真機也顛倒陰陽者六陽時用乾之用而進至六陰時則用坤之用顛倒之而退陽時乾策二百一十六除卯陽沐浴不用乾用實一百八十也陰時坤策一百四十四除酉陰沐浴不用坤用實一百二十也合之得三百息周天之數也閏餘之數在外

張紫陽曰刻刻調和真炁凝結

刻刻言三百六十息皆要調和合自然一刻不調則不能入定凝炁而成胎基

薛道光曰火候抽添思絕塵一爻看音刊過一爻生

抽添即進退絕塵者念不着於塵妄幻魔爻過爻生者即綿綿無間也

陳泥丸曰天上分明十二辰人間分作煉丹程若言刻漏無憑信不會玄機藥不成

天上明明有十二支之辰位真人效此爲十二時之火候程者一周天節制之限數也若愚人不知始用有作言刻漏不必用便是不會悟玄妙天機之人既不用火煉藥則藥不成無以證道升仙也

又曰百刻之中切忌昏迷

一日十二時中有百刻以足周天者昏迷者或昏睡或散亂皆錯失真候故曰切忌

陳希夷曰子午工是火候兩時活取無昏晝

子午皆活用比喻的非若天時之晝午夜子

一陽復卦子時生午後一陰生於姤三十六

乾用九故四九三十六也

又二十四

坤用六故四六二十四也

周天度數同相似

天上度數之周天與煉丹火候之周天皆相似同此九六之數

卯時沐浴酉時同

二時同用沐浴

火候足時休恣意

崔公云火侯足莫傷丹言不宜恣意行火而不知止也

許旌陽曰二百一十六

即乾用九之積數

用在陽時

從子至巳六陽之時也六陽時虛擬之日二百一十六此大約言者有卯沐浴無數之候在中本無此數

一百四十四行於陰候

即坤用六之積數用於陰者從午至亥六陰之時也每四六計之總六陰而虛擬一百四十四也非真實用此數但言有如此之理學者當因此粗迹而求悟精義之妙

金谷野人曰周天息數微微數玉漏寒聲滴滴符

微微數者精妙不着於相非强制也滴滴符者周天之數無差

真詮曰火候本只寓一氣進退之節非有他也真火之妙在人若用意緊則火燥用意緩則火寒勿忘勿助非有定則尤最怕意散不升不降不結大丹

此是明時初學者之說雖未明大道之人其言亦可示學者爲教誡者

王果齋曰口不呼鼻不吸槖天籥地徐停息巽風離火鼎中烹直使身安命方立

口鼻不呼吸則循真人呼吸之法而呼吸之槖籥者即往來呼吸之義槖天籥地即廣成子呼地升吸天降之說停息者不呼吸之義也邪正皆言停息採戰者曰切須先學停其息胎息廣義妖書亦論停息實無所用處特借此以擒挐愚人令尊已歸依已耳况停又爲强閉强忍之邪法實非停也

仙家之停息乃自然靜定而寂滅也唯仙佛同鼎中烹呼吸在真金鼎之處不出入於口鼻則內有真寶丹成於此本性元神安立於此謂之築基成者

陳泥丸曰行坐寢食總如如唯恐火冷丹力遲

行坐者坐而行工也非行路有寢有食尚未脫凡夫只是百日內事若十月胎神之工則不寢不食矣如如者入定之妙似有而不着相不空而空似無而不着空空而不空謂之真如真如如則火合玄妙火不冷丹力不遲矣

純陽老祖曰安排鼎灶煉玄根進退須明卯酉門

門灶者即炁穴玄根者即元陽精炁歸於根而煉之鼎灶玄根皆言用火候之處須明者叮嚀之意言人不可只用陽進火陰退符而不用卯酉之沐浴則亦墮空亡而不得藥不能成藥蓋沐浴是成仙成佛最緊要最玄妙之工故世尊有入池沐浴之喻沐浴乃是煉丹之正工而進火退符不過只是調和助沐浴之工而已調和進退而不沐浴則進退成虛幻沐浴而不進退則沐浴不得冲和故曰須明禪家馬祖曰未有常行而不住未有常住而不行亦喻此也

正陽老祖師曰日暮寅申知火候

本卯酉二時以行沐浴純陽翁已直言之矣其師正陽翁曰寅申者寅之下即卯申之下即酉戒修士至寅申之候不可忘失卯酉之沐浴也

又曰沐浴脱胎分卯酉

沐浴之工固行於卯酉之候及脱胎亦同於卯酉入藥鏡謂終脱胎看四正即此語脱胎之沐浴曰分者前似有而後似無也人人不洩煉炁化神之工唯正陽翁於此洩萬古之秘

又曰沐浴潛藏總是空

沐浴而成空名曰仙機不能真空則墮旁門强制外道而亦成大病

悟真篇註疏曰子進陽火息火謂之沐浴午退陰符停符亦謂之沐浴

停符二字亦可發明

正陽老祖曰果然百日防危險

小周天有進退之火有不進不退之火若進退不合進退之數不合進退之機不由進退所當行之道不合進退之所當起止已合已由不知火足之當止皆危險所當防者

蕭紫虛曰防火候之差失忌夢寐之昏迷

火候差失則真炁不能補足而大藥不能成夢寐昏迷者或睡中迷於夢則塵妄心生而不能生正覺或行火迷於昏睡無周天之候皆所當防當忌者

天尊得道了身經曰調息綿綿似有如無莫教間斷

息不綿綿則不謂之調無不似有有不如無則亦不謂之調有間斷則亦不謂之調

張紫陽曰謾守藥爐看火候但安神息任天然

神息任天然似大周天之火其實止有藥爐則是言小周天矣但煉藥爐中之火雖屬有爲畢竟要合天然自在爲妙不如是則非仙家真火真候乃外道邪說之火矣

石杏林曰定裏見丹成

石之師紫陽云唯定可以煉丹不定而丹不結此甚至要之語因是總言故不入此正文大字

紫陽曰火候不用時冬至不在子及其沐浴時卯酉時虛比

虛比二字總貫穿四句不用時者不用曆書一日十二之時而用心中默運十二時而虛比也冬至者是人自身中陽生時候虛比曰冬至故身中陽生時必要起子時之火即發生之時爲子不在天時仲冬子月之子也於一日十二時中遇生皆可言子在沐浴當行之時虛比於卯酉卯在六陽時

之中酉在六陰時之中調息每至於六時之中可以沐浴矣故古聖遂稱之曰卯酉豈不誤執天時之卯酉哉

又曰不刻時中分子午無爻卦內定乾坤

一日每時有八刻不刻之時是心中默運火符之時虛分子午不用有刻之時也每卦有六爻易也身中借乾坤虛比鼎爐故言無爻

此皆言煉藥行火小周天之候也

此一句是沖虛子之言總結上文衆聖真所言百日所用之火也

吉王太和問曰古來言火候者多何以分別此名小周天爲百日煉精化炁之用伍子答曰小周天者有進退有沐浴有顛倒有周天度數凡言煉藥煉丹守爐看鼎藥熟丹成皆百日小周天之事我據此法而分別言小後之聖真善學者凡見大藏中所未見者皆當以此法分辨要知前聖必不以無用之言而徒言之

心印經曰迴風混合百日工靈

迴風者迴旋其呼吸氣之喻也混合者因元神在心元炁在腎本相隔遠及炁散而馳外神雖有知

而不能用者無混合之法也故此經示人用呼吸之氣而迴旋之方得神炁歸根復命而混合之方得神宰於炁而合一倘無迴風之妙用則神雖在宰炁亦未知炁曾受宰否此爲煉金丹至秘之至要者若用至於百日之工則靈驗已顯炁已足而可定神已習定久而可定故小周天火迴風法之所當止也自此以下皆言小周天火足當止

正陽老祖曰丹熟不須行火候更行火候必傷丹

火足而丹熟不用火矣故有止火之候遇止火之候一到即不須行火矣若再行火亦無益傷丹者丹熟則必可出鼎而換入別鼎若不取入別鼎則出無所歸不傷丹乎精化炁於炁穴炁化神於神室故曰別鼎

崔公曰受炁足防危凶火候足莫傷丹

炁足受補法而炁足亦宜防滿而溢之危險防者見止火之候而即止之則不傷丹而得防之功何爲滿而溢我亦不至有此老師曾囑曰當不用火必勿用你若用火不已丹之成者更無所加疑而怠慢但已滿之元精防其易溢而非真有溢也以其尚未超脫離此可溢之界耳此正可凡可聖之分路頭也

紫陽曰未煉還丹須速煉煉了還須知止足若也持盈未已心不免一朝受殆辱

未煉還丹之時一遇丹藥即當還煉用一周天之火藥生即採煉勿虛負藥生曰速煉採得藥歸而煉火候明白不差誠心勇心行之亦曰速煉如此藥也真火也真速煉必速成丹成火足必要知止而止若任丹成至足之炁持此盈滿未知止火而止終限於小成尚未脫生死輪迴之慾界知止火採得大藥金丹而超脫之則行向上轉神入定斯免生死之始

蕭了真曰切忌不須行火候不知止足必傾危

真陽曰老師曹還陽真人自云曾親見此事來故深爲我弟兄二人詳囑之同問師前煉丹時也知止火採得大藥衝關特未過耳今復爲之熟路舊事不異何得有此傾危老師曰當初李真人傳我時言藥火最秘最要者盡與你明之矣即可修而成矣但關之前有五龍捧聖之法是至秘天機非天仙不能傳非天仙不能知非天下之可有非凡夫之敢聞待你百日工成止火採大藥時方與你言之及師迴師家我居我室相去日遠我猛心奮勇決烈爲之那怕仙不能成天不能上行之五十日而丹成止火採大藥而得藥自知轉上衝關而不透乃思採戰房術我所知甚多皆言過關若得

一法試而透過也省得待師來遂將前邪門旁法所聞一一試用絕無可透始知邪門之法盡是欺人妄語而無實用者及年終師來我詳細訴於師師曰真好決烈仙佛種子真到此地你今所説見的内有此一景我未曾與你説得同於李老師所言你今真到即能言也可近來聽受捧聖之法我聞已亦即行之行不數日止火景到恨不即得之爲快即採之大藥不來火尚未甚足也如邱真人所謂金精不飛者是也再採再煉而止火之景又到疑之曰初得景到而止火採之而不得大藥且待其景到之多而止大藥必得矣至四而遇傾危之患我想尹清和真人云老師邱真人當止火時而長安都統設齋受食已而未及止火至晚走失三番謂之走丹前功廢矣須重新再煉乃泣曰我自福小敢不勉哉奮勇爲之後即成天仙今我既在其轍敢不繼芳踪乎亦奮勇爲之又思我初煉精時得景而不知猛吃一驚而已及再静而景再至猛醒曰師言當止火也可惜當面錯過又静又至則知止火用採而即得矣是採在於三至也今而後當如之及後再煉不誤景初而止失之速不待景至四而止失之遲不速不遲之中而止火得藥衝關而點化陽神凡真修聖真千辛萬苦萬萬般可憐煉成金丹豈可輕忽令至傾危哉凡聖關頭第一大事吾弟兄垂淚而詳述邱曹二真人之案爲七真派下後來聖真勸誡即此便是止火之候大有危險之所當知者學者不可以爲閒言而

忽之是你自己福力

此皆言丹成止火之候也

此一句是冲虛子之言總結上文此一段止火之說也從來世人學道者并不知有止火之候雖有前聖多言皆忽之而不究今特列類而詳言之

故陳致虛亦有云火候者候其時之來候其火之至看其火之可發此火候也慎其火之時到此火候也察其火之無過不及此火候也明其火之老嫩温微此火候也若丹已成急去其火此亦候也

陳致虛前已言其妙非可一概而論中有逐節事條可不明辨之乎此又詳列其條以明申前旨學者最當參究

天仙九還丹火之秘候宜此若此數者煉精化炁之候備矣

此又是冲虛子總結前採取烹煉止火等旨百日關内事止此令學者知參究前聖之説此以下予故曰起之舍也句止又冲虛子自言百日關内之火候等秘機而總言之者

予故曰自知藥生而採取封固運火天周其中進退顛倒沐浴呼噓行住起止

工法雖殊

此節同致虛逐節事件之說

真機至妙在乎一氣貫真炁而不失於二緒一神馭二炁而不少離於他見三百周天數猶有分餘象閏數一候玄妙機同於三百候方得炁歸一炁神定一神精住炁凝候足火止以爲入藥之基存神之舍也

此一段又冲虚子列言百日煉精用火細微條目而精言實悟之旨也蓋小周天是煉精時火候之一總名也其中事理固多前聖固有各言其採藥是一候而封固又一候達摩亦只言二候採藥者并採封二者而混言也又言四候別有妙用者乃小周天三百六十内之候也我今遵仙翁而二言之及周天時言進退候者若不似進退而亦虛擬之爲進退鉛汞丹法言進退者進則用火入爐退則不用火而離爐此實可據而易言或以加多爲進減少爲退亦可據而易言煉精者則不似此說我今亦只勉强而虛比不似以爲似意謂六陽時以乾用九數之多爲進六陰時以坤用六數減少爲退既在周天之内進陽火退陰符非多少爲言則不可若以用不用爲言則遠甚矣顛倒者除藥物配合顛倒不必言但言火候中之顛倒呂仙翁云大關節在顛倒初老師言六陽火專於進升而

退後隨之而已六陰符專於退降而進又後隨之而已曰專者專以進升主於採取專以退降主於烹煉也曰後隨者順帶之義以其往來之不可無亦不可與專主并重用也此聖真秘機之顛倒也沐浴者子丑十二支次第之位凡世法有五行故内丹有五行之喻五行各有長生之位寅申巳亥是也火生於寅水生於申金生於巳木生於亥卯酉子午之位是沐浴之位故丹法活子時之火歷丑寅至卯所當行之火借沐浴之位而稱火工曰沐浴酉亦如之舉世愚人邪棍尚不知沐浴何以得名何由以知沐浴之義之用哉今此只略言捷要耳更詳於仙佛合宗語錄中觀此者可自查語錄以考其全機行住起止者行則仙佛二宗之喻也住則仙佛二宗之前喻也起則採封二候之後小周天候之所起也止則小周候足而止火也一氣者呼吸之氣貫串真炁自採至止不相離離則間斷復貫則二頭緒矣此由昏沉散亂之心所致甚則二三四緒皆無成之火矣戒之戒之固然以息氣串真炁必主宰用一神馭之而不離若内起一他見則離若外着一他見則離離則無候無火矣焉能炁足炁生三百六十度故曰周一天猶曰五度四分度之一所謂天度之分餘爲閏位者非耶知有閏則知天之實周矣能實周則炁易足丹易成而初生之藥亦易生矣玄機者不傳之秘機也火候一一皆要用此若不用此則火必不能如法呼吸則滯於真息而近凡夫之口鼻重濁而爲

病不用此則神亦不能馭二炁而使之行住得其自然一息如是三百息亦皆如是方可得天然真火候之玄功此古聖真皆隱然微露而不敢明言者亦不敢全言者不如是雖曰已周天近於邪說之周天亦無用矣所以玄妙機三字又百日關煉精火候之樞紐也採封煉止等候俱不可少者於一炁之外弛欲界爲媱姤之精爲視聽言動成媱姤之助皆能復歸於一炁能真不動同於無情不動一神之動爲媱姤之神着視聽言動爲媱姤之助者不馳外而復歸一神能真入大定所得候足火止而基成如此永爲入藥之基址爲存神入定之宅舍此正所謂先取白金爲鼎器者是也

而道光薛真人乃有定息採真鉛之旨既得真鉛大藥服食正陽謂之抽鉛

大藥者即陽精化炁之金丹也果從何求而得亦從丹田炁穴中生出當未化炁之先所生也出丹田但無形之炁微附外體爲形曹老師因後有大藥之名便稱此爲小藥之名以其炁小故也及煉成金丹既化炁之後所生也出丹田曰大藥實有形之真炁如火珠亦是從無而入有也黃帝曰赤水玄珠一曰真一之水曰真一之精曰真一之炁曰華池蓮華曰地涌金蓮曰天女獻花曰龍女獻珠曰地涌寶塔又曰刀圭曰黃芽曰真鉛如是等仙佛所說異名不過只一丹田中所生之真炁既成自有之形所以不附外形而唯生於內用於內亦我神覺之可知可見者及渡二橋過三關皆可

知可見此所以爲脱生死之果從此便得其有真驗矣

即行火候煉神謂之添汞

此火候是大周天也添汞者心中之元神名曰汞凡人之神半動於晝而陽明半静於夜而陰昏昧陽如生陰如死修士必以昏昧而陰者漸消去之故消一分陰令陽添一分去二分三分四分五分陰則添二分三分四分五分陽漸漸逐分捔到消盡十分陰添足十分陽謂之純陽純陽則無陰睡謂之胎全神全所以古人云分陽未盡則不死分陰未盡則不仙此皆添汞之説也然所謂添者必由於行大周天之火有火則能使元炁培養元神元神便不能離二炁而皆空皆定直至神陽果滿

若不添汞行火

以神馭火神不陽明如何行得火添得神三分五分陽明方行得三分五分火故曰添汞行火唯神明則得二炁而培養元神助成長覺

則真炁斷而不生

正是不定而藥不生之説此時乃實證長生不死之初果矣

若不煉神則陽神不就終於屍解而已

煉神者煉去神之陰而至純陽全無陰睡火定炁定而神俱定俱空方是陽神成就煉神之法全由二炁靜定同之入滅但二炁少有些兒不如法則神不煉陽不純不成就不能出神但在十月之內不曾出定者俱是屍解之果何故但有凡夫之呼吸即有凡夫之生死人之生只有口鼻之氣以爲生最怕水火刀兵水入鼻而至內則無呼吸之竅身雖壞而神或不壞亦分解形神爲二火燒身則神無依住亦分解形神爲二刀兵截其頸呼吸斷神乃去形而分解爲二形既無則神不獨立亦不能久立再去投胎轉劫所謂屍解者有死生之道也不行大周天之過也二炁及神皆不入定之故也丹既成生既長安肯不入一大定哉後學聖真勉之

故九轉瓊丹論云又恐歇氣多時即滯神丹變化

此三句是冲虛子引足上五句之意自而道光至變化止十三句又冲虛子於此承上起下分判聖凡至要天機歇氣者歇周天火候之氣或得坎實來而點離中之陰勤勤點化離陰爲純陽若既得坎實而點離陰矣不即行大周天則坎實亦不勤生以點離或行大周天而不合其中之玄妙天機猶之不行也亦不能勤生坎實以點離陰便遲滯離陰之神爲純陽之變化神丹者即坎實曰金丹既點離則二炁漸化神二炁盡無獨有神之靈覺在故亦曰煉炁化神

純陽真人云從今別鼓沒弦琴

別鼓者另行大周天也明說與前小周天不同沒弦琴者無形聲之義然大小固不同行火者必先曉得清白而後可以言行火

紫陽曰大凡火候只此大周天一場大有危險者切不可以平日火候例視之也

上世只說周天未分大小紫陽言此大周天不可以平日者一例看則平日的便隱然言是小的平日者平常已行過的口氣不可一例看便是候不同言平日即是言百日事故仙翁又言始有作小周也後無爲大周也

廣成子曰丹灶河車休矻矻音恰

鶴胎龜息自綿綿

言不必用河車者是百日之事已過故不必用今當十月之工只用鶴胎龜息綿綿然之火也上清玉真胎息訣云吾以神爲車以氣爲馬終日御之而不倦前百日以陽精轉運稱河車此胎息時則轉神入定以神爲車以氣爲馬以御神車是喻煉炁以化神後聖亦須分辨着

白玉蟾曰心入虛無行火候

入虛無是神炁入定而不着相邱真人所説真空是也雖行大周天不見有大周天之相便得虛無之妙

范德昭曰内氣不出外氣不入非閉氣也

世人言閉氣者强制也强忍之不令出入邪法旁術皆是如此故仙道别有天機不與世同雖内不出外不入非强忍也有真息合自然之妙運者所以入定

白玉蟾又曰上品丹法無卦爻

世人見此説上品丹無卦爻便一概貶有卦爻者爲非不想自己不遇聖真傳道不知有爻無爻將何所用蓋小周天者化炁是有卦爻小成之火大周天者化神是無卦爻大成之火以其化神故曰上品

彭鶴林曰若到丹成須沐浴

丹成是前金丹之成沐浴是大周天之喻言丹成不必用小既入十月之首必須用大周

正陽老祖真人曰一年沐浴防危險

伍真陽曰沐浴在小周天固爲喻今言於大周天亦爲喻在小周曰二時二月之喻此大周言一年之喻在小周可以小喻在大周可以大喻也防危險者防一定必有之危險也若仙機有出入則不定其沐浴若佛法不久住亦不定其沐浴沐浴最貴有定心防危險正防其心不定防其沐浴不如法

又曰不須行火候爐裏自温温

此言十月不必用有候之火當用温温然無候之火不寒不燥不有不無方是温温的真景象

王重陽真人老祖曰聖胎既凝養以文火安神定息任其自然

聖胎成於真精陽炁起初練精採取烹煉非武不能及聖胎既凝金精而成武則無用矣只用文火養之神息定而任自然正是養文火之功用

道光曰一年沐浴更防危十月調和須謹節

沐浴者無候之火即大周天也一年者大概而言之辭即十月之説凡説十月一年者入定到此時亦可得大定而出定故言之謹節者謹守沐浴之理也防危者防其離沐浴而外馳不定也若一年而得定之後必時時在定年年劫劫俱在定又非止一年十月之説而已

陳虛白曰火須有候不須時些子機關我自知

有候者大周天之火無候之候也乃似有似無之妙不須時者不用十二時爲候故可入無爲些子機關是似沐浴而非沐浴常定而神常覺故曰我自知若不知則昏沉火冷而丹力遲矣

紫虛曰定意如如行火候

如如者如有不有如無不無定意於如有如無之候中方得大周天之真候方是真行

又曰看時似有覓時無

大周入定本入於虛無若徒然着無則落空矣故曰似有有而非有不空而空却似無方是真空真定

又曰不在呼噓并數息天然

有呼噓數息是言有爲者之事今既入定故曰不在有爲專任天然以證無爲

又曰守真一則息不往來

真一者在前練精時煉而所得真精曰真一此煉炁時乃真精之炁得真神用真息之氣守之三者合還神曰真一俱定不動則是息已無息焉有往來

古云火記六百篇篇篇相似採眞鉛

昔參同契亦云火記六百篇篇篇相似却未說出採眞鉛之妙旨此言似採眞鉛則玄中又玄者盡於是矣採眞鉛者薛道光所謂定息採眞鉛是也篇篇相似總歸一大定

馬丹陽曰工夫常不間定息號靈胎

定息於空神即守息而爲胎神定無間斷神亦常覺無間斷而胎神始靈

石杏林曰不須行火候又恐損嬰兒

初入十月之關必用火侯煉炁成胎而化嬰兒之神嬰兒喻神之微也及胎成嬰兒亦成將出現於外之時則無用火矣若專用火是嬰兒未完成之事豈不有損於嬰兒乎

中和集曰守之即妄縱又成非非守非忘不收不縱勘這存存的誰

大周入定化神似有似無似有即神炁之定似無是神炁在定而不見在定之相若曰守便着於有着有即起有之妄念縱之而不照則神氣離而非定之理但微有似存若二炁存則神亦存神存而二炁亦存俱存在定便俱虛無無上之妙境在是矣

鶴林曰及至打熬成一塊試問時人會不會不增不減何抽添無去無來何

進退

神炁合一俱定入一塊則無火矣不似百日火之有增減不增不減安有抽添息無去來何用進退此歸一而漸歸無之說也

我祖師張靜虛真人曰真候全非九六爻也非顛倒非進退機同沐浴又還非定空久定神通慧

真候者火候定而空矣不用小周之九六不同其顛倒進退沐浴等而唯定空久定久空神通慧照朗然獨耀同於世尊之入涅槃而滅盡定矣

邱長春真人曰息有一毫之不定命非己有

有息則有生死無息則生死盡矣必定息至無則命方爲我所自有自主張天地陰陽闔君則不能使我生死由我得無死之道也若一些息不盡定則命在息而不爲我有由我自己不能主張猶有可死之道也

此皆言煉炁化神十月養胎大周天之火候也

此又沖虛子總結上文衆聖真所言大周天火一段而言之也

予亦曰大周天之火不計爻象固非有作温温相續又非頑無初似不着有無終則全歸大定切不可執火爲無以爲自無則落小解之果又不可住火於有以爲常行則失大定之歸將有還無一到真定則超脱出神飛升衝舉之道盡之矣

此予亦曰起盡之矣止又冲虛子自言大周天之旨又兼叮嚀勸誡者不算計爻象乃無爲之異於小周有温温非全無是大周初之似有似無之實理也大周之初正是一二三月之時曰似有者尚有有曰似無者未真無所以猶有些子凡火食性在由有些子息故也及至全歸大定息無而食性亦無所以金碧龍虎上經云自然之要先存後亡俞玉吾又注之曰先存神於炁穴而後與之相亡神自凝息自定是也然又當知火本欲歸於無若不知先似有之妙而遽執曰本無何必用似於有則必墮在全無而不能至真無落於屍解之小果矣又當知此火起於似有而求必歸於無若不知有非了手而遽住於有常行於有而不無則亦墮在全有何以得大定之歸饒經萬劫而不死終止於守屍鬼子亦爲屍解之類歸生死之途想當初煉精補炁費多少萬苦千辛始得修證千萬劫不傳之秘而得傳以至於小成於此又安可惰忽其大成而不求必成哉我又囑之曰將有還無一到

真大定而能常定於虛無之妙境則超脱出神飛升衝舉之道盡之矣此大周天之火所以爲成仙成佛了道之總要也我又以化炁化神而總言之前百日煉精化炁必用有爲之工是從無而入有即佛法中之所言萬法歸一之義也後十月煉炁化神必從有息至無息是從有而入無即佛入四禪滅盡定也一歸於無之説也此仙佛二宗不易之秘法不可少之要機也冲虛子今爲後來聖真重宣明之以接引後聖印證仙傳并免後學執有候執無候之争立門户而妄疑之者

若此天機

自此句直至結尾句止又皆冲虛子總結火候全經之言再指煉神以後向上之秘機以爲後聖證

群仙直語

已前群仙皆有直言在世間而人不能悟

固非全露

從古至今言火候者甚衆并未全言或一句二句而已既不全後人如何用如何擬議所以世之凡夫妄猜唯有仙分者自有仙人來度耳

然散之則各言其略集之則序言其詳

我見散見於群書之言或略言採取烹煉之名而不言其理或略言採而不言封固或略言小周天而不言大或略言大周天而不言小或略言火候之名之理而不分言小大所當用之時其意若曰火候原屬不輕傳之秘且說一件令參得此一件任他自已湊合成全去咦曾見幾人能湊合得成全耶而前刼後刼或聖或凡種子或真或偽學人總難致一擬議世逮於予籍父清廉盛德之所庇田園房店之可賣受盡萬苦千辛逐日奔求師家晝夜護師行道歷十九年而得全旨追思前刼或無所庇或無可賣未遇真師受萬苦故不免又生於今刼又憫後聖或有出於貧窮無父庇無產賣不能受萬苦焉能苦心奮志而求全有奮志於窘迫中者而志亦不能鋭所以予不可少此一集詳而次序之留俟奮志後聖而助其鋭志耳亦訴予苦志勤求者以勵後聖當苦志勤求後聖其自勉諸

完全火候不必盡出予之齒頰

出於我口齒者固是我之言我既集而序之即同是我言之出我口者

而此集出世則爲來刼萬真火經根本後來見者自能從斯了悟不復疑墮旁門

旁門者有相之火忍氣着相稱爲行火知此仙火自然之定則不復爲强制之邪火

而胎神自就陽神自出劫運自超矣

習定入定定成皆爲胎神出神超劫之所必用而必證果者故於此歷言所證

但於出神之後煉神還虛九年之妙雖非敢言而中和集曰九載三年常一定便是神仙亦且言之矣

出陽神是初成神仙時即母腹中初生的孩子一般雖具人形尚未至具足之人形故喩神曰嬰兒幼小未成人須籍爺娘養育恩乃喩爲乳哺三年古人所言成就只一二年是也乳哺者神氣已定而又加定之意加至於常常在定而不必於出便似乳而又乳至於成大人一般神既老成若即行煉神還虛九年之功則此即爲九年内之煉數若有救世之願未完且不煉九年而權住世以救世及欲超世而上升虛無則必須從九年煉神而還虛矣

實非世學所能輕悟輕用者必俟了道之士以虛無實相而用之

了道之士是出定之神仙唯得定是得虛無之初基而後可至虛無之極致處方能悟此用此

第不可以一乘即得遂妄稱了當不行末後還虛

此言或有小根小器之人自以少得爲足不求還虛而終不能還於虛矣

則於神通境界畢竟住脚不得

神通在化神時神也通靈而無礙在還虛時神更通靈而無礙此言神通是言初得之神通尚未老成故曰住脚不得若住脚則止於神仙猶有還虛而至天仙者

後來者共勉之

豫章三教逸民邱長春真人門下第八派

邱真人門下宗派曰道德通玄靜真常守太清一陽來復本合教永圓明此二十字爲派者乃真人在燕京東龍門山掌教時所立之派後人稱爲龍門派者便是

分符領節

遵上帝法旨所受之符節同佛祖之衣鉢宗主之帕

受道弟子冲虛子伍守陽書於旌陽識記千二百四十二年之明時萬歷乙卯春日云

集此答吉王太和之問最初發筆作此起

煉己直論第五

冲虛子曰諸聖真皆言最要先煉己謂煉者即古所謂苦行其當行之事曰煉

凡證道所當行之事或曰事易而生輕忽心或曰事難而生厭畏心如是不决烈事不能成金丹神丹必當勤苦心力密密行之方曰苦煉

熟行其當行之事曰煉

當行之事如採取烹煉周天等煉精煉炁等或行一時而歇一時二時或煉一日而間一日二日工夫間斷則生踈錯亂如何得熟工夫必純熟愈覺易行而無錯必時時日日皆如初起一時密密行之方爲熟煉

絕禁其不當爲之事亦曰煉

不當爲者即非道法而深有害於道法者如煉精時失於不當爲之思慮道以思慮爲之障而不可望成煉炁時息神不定而馳外向熟境亦障道而忘進悟深入當禁絕之而純心以爲煉

精進勵志而求其必成亦曰煉

道成於志堅而進修不已不精進則怠惰不勵志則虛談然志者是人自己心所之向處心欲長生

則必煉精向長生之路而行求必至長生而後已心欲成神通則必煉炁化神向神通路上而行求必得神通而後已此正所以爲煉也

割絕貪愛而不留餘愛亦曰煉

凡一切貪愛富貴名利妻子珍寶異物田宅割捨盡絕不留絲毫方名萬緣不挂若有一件掛心便入此一件不入於道故必割而又割絕而又絕事與念割絕盡而後可稱真煉

禁止舊習而全不染習亦曰煉

凡世間一切事之已學者已知者已能者已行者皆曰舊習唯此習氣在心故能阻塞道氣必須頓然禁止不許絲毫染污道心所以古人云把舊習般般打破如此而後可稱真煉

己者即我靜中之真性動中之真意爲元神之別名也

己與性意元神名雖四者實只心中之一靈性也其靈無極而機用亦無極出入無時生滅不歇或有時出令眼耳鼻舌身意耽入於色聲香味觸法之場而不知返或有時出而自起一色聲香味觸法之境牽連眼耳鼻舌身意而苦勞其形邱真入西游雪山而作西游記以明心曰心猿按其最有神通禪宗言獼猴跳六牕狀其輪轉不住其劣性難馴惟煉可制而後來聖真當以上文六種煉法

總要先致誠意而煉之

然必先煉己者

李清庵云於平常一一境界打得破不爲物炫不被緣牽則末後境誘不得情緣牽他不得元始得道了身經云聲色不絕精炁不全萬緣不絕神不安寧

以吾心之真性本以主宰乎精炁者宰之順以生人由此性宰之逆以成聖亦由此性若不先爲勤煉熟境難忘

昔鍾離云易動者片心難伏者一意熟境者心意所常行之事也如婬事婬色婬聲婬念等正與煉精者相反相害一旦頓然要除未必即能凈盡或可暫忘而不能久或可少忘而不能全焉能煉得精煉得炁必要先煉己者爲此故也

焉能超脱習染而復炁胎神哉

習染之念未除則習染之事必不能頓無必要以習染念與事俱脱凈盡而後遇境不生烟火己方純炁可復歸神可静定而成胎矣

當未煉之先

未煉己之先也

每出萬般變幻而爲日用之神

平日婬殺盜妄心貪心善心惡心欺心等皆是變幻

猶且任精任炁外馳不住

任炁動而化精任精動而婬姤而不攝之令歸根復命由己不煉而不攝也

古云未煉還丹先煉性未修大藥先修心蓋爲此而言也

昔馬自然眞人云煉藥先須學煉心對境無心是大還中和集云念慮絕則陰消幻緣空則魔滅張

虛靖眞人云欲得身中神不出莫向靈臺留一物皆同此

能煉之者因耳逐聲而用聽則煉之於不聞目逐色而用觀則煉之於不見神逐感而用交則煉之於不思

此三者皆眞實煉法正釋上文割絕其所愛之說

平常日用必須如是先煉則已念伏降而性眞純靜

譚長眞水云集云絲頭莫向靈臺掛內結靈丹管得仙重陽眞人全眞集云湛然不動昏昏默默無

絲毫念想此定心由降而得

及至煉炁煉神則不被境物顛倒所誘

已有定力不從外境所誘

採藥而藥即得築基而基即成結胎而胎必脫方名復性之初而煉己之功得矣有不得其先煉者當藥生之時不辨其爲時

百日之初煉精時貴有藥生藥生者元精之生也辨元精生時而用採法若婬精犯於婬念則邪法不可採者婬念未煉淨者何以能辨元精

煉藥之候不終其爲候

煉藥有周天之候或驚恐或聞或思或昏沉以至火候不終者有之

藥將得或以己念而復失

元精還補元精將滿亦或有婬念未煉淨乃復失爲婬精者有之故古人有走丹之喻者即此

神將出或以己念而復墮

心逐見聞覺知於外弛則是尚未得大定而有出入背却胎息經所謂不出不入自然常住之旨出

馳着境同儒之物交物亦同禪人之説獮猴跳六牕内猴與外猴相見者如是如何能入定以完胎

欲其炁之清真己不純必不得其清真

採取先天炁之時唯煉己純者能辨清真則不失其清真若煉己不純一着思慮習氣則失清真矣

欲其神之静定己未煉必不得其静定

神能入定則得静入得三分五分定便得三分五分静十分定則得十分静常定則常静神静定則炁亦皆静定炁歸神爲一矣即是炁化神而成胎仙矣不煉己者必不能到此

或遇可喜而即喜或遇可懼而即懼或遇可疑而即疑或遇可信而即信皆未煉己之純也

此四者皆外來之天魔也遇而信之則着其所魔矣雖由此前未預爲煉己之過倘於此遇時即煉己遇如不有所遇魔即不如我何邱真人所以當過一番魔長福力一番是也倘於初一遇便不當過及道愈高魔愈多如何當得過吉王太和曾問魔有種種之多却如何知得當過冲虛子曰最易不怕他有萬樣奇惟我將神炁俱入定中任他多種魔來絕不能與我相遇矣

又有内本無而妄起一想念謂之内魔障或有生此而不知滅不知即滅者或

有滅其所生而復生復滅者皆障道

耽遲大周天之候也

必煉己者而後能生滅滅己

生而即滅滅而至於無可滅

又有外本無而偶有一見一聞謂之不宜有之外魔障

上文喜懼疑信四種俱屬此見聞之内

或用見用聞與之應對而不即遠離者亦障道

一有應對則着魔爲魔所轉矣故障道

必先煉己者而後能無見無聞

能煉己者即具不睹不聞之本體即有不睹不聞之實效

此己之所以不可不先煉也昔有一人

即山東姓張者

坐中見承塵板上一人跳下立於前沒入於地

坐中者在圜中坐時也見者心不定於神室而外馳偶有此一見也若心在定則亦何以見此

復從地涌出立於前見其神通變化而認爲身外身

誤信常人之言曰神仙出了陽神便身外有身然本性與虛空同體本無形身若起一念要顯有身便能有身不可以見外爲我身

不識爲身外之天魔

吉王太和問彼既不識今老師及昔二真人是何法識得冲虛子曰我本性在定得到定力足而後有可出定之景到由我自性升遷於天門念起而出猶是虛空無體乃六通爲用無所障礙若非我念所出而有見者便是外來之天魔邪魔若出神之景未到則神通未足不能變化雖欲顯身而不能有身豈可以無我念之身而認爲我哉神通足者世尊謂之四神是

即爲魔所誘動出圜而遠叩邱祖祖曰見者不可認

不宜出而妄出雖有妄見斬退猶恐不速何敢認爲我不宜出者未成定之先求其入定而不可得又何敢妄出而終於不入不成耶此所以不可認也

乃不知信

由於無仙師真傳故不能以信法語

又謁郝祖

郝與邱本同師度則同道同知識矣既不信邱何必見郝

祖曰邱哥說者便是惜乎猶不知信不復更居圜中而廢前功矣此亦己未煉純之證也昔邱祖坐於崖下崖石墜壓折肋知是天魔祖不爲之動如是當過五番不動一念直證陽神出現見山河大地如在掌中

昔世尊坐於菩提樹下魔王波旬領百萬魔衆以兵戈恐佛而不動以魔女婬事誘佛而不動坐至金剛牢固自言我終不起離於此座昔費長房師事壺公隨壺公入山修道壺公以朽索懸大石於座之上又令巨蛇嚙索將斷而費全不驚不動者皆是

此得煉己性定之顯案也并書以勵同志

築基直論第六

冲虛子曰修仙而始曰築基築者漸漸積累增益之義基者修煉陽神之本根安神定息之處所也基必先築者蓋謂陽神即元神之所成就純全而顯靈者

常依精炁而爲用

神原屬陰精炁原屬陽依真陽精炁則爲陽神成就純陽不依精炁則不能成陽神止爲陰神而已

精炁旺則神亦旺而法力大精氣耗則神亦耗而弱此理之所以如是也欲得元神長住而長靈覺亦必精炁長住而長爲有基也自基未築之先元神逐境外馳

如見色境在外則必起婬念

則元炁散元精敗基愈壞矣所以不足爲基且精之逐於交感年深歲久戀戀愛根一旦欲令不漏而且還炁得乎此無基也炁之散於呼吸息出息入勤勤無已一旦欲令不息而且化神得乎此無基也神之擾於思慮時遞刻遷茫茫接物一旦欲令長定而且還虛得乎此無基也

此三段是申明上文基已壞者而不足以爲基之說

古人皆言以精煉精以炁煉炁以神煉神者正欲爲此用也是以必用精炁神三寶合煉精補其精炁補其炁神補其神築而成基唯能合一則成基不能合

一則精炁神不能長旺而基即不可成及基築成精則固矣炁則還矣永爲堅固不壞之基而長生不死

玄綱論云道能自無而生有豈不能使有同於無乎有同於無則有不滅矣

證人仙之果矣

爲出欲界升色界之基者以此爲十月神定之基者以此爲九十月不昏睡者有此基也十月不飲食不寒暑者有此基也十月神不外馳而得入大定者有此基也所以煉氣而氣即定歷百千萬億劫而絕無呼吸一息煉神而神即虛歷百千萬億劫而不昏迷一睡亦不散亂一馳與天地同其壽量者基此與聖真齊其神通靈應者基此此所謂陽神之有基者基成由於陽精無漏而名漏盡通不然無基者即無漏盡通矣雖證入神通不過陰靈之性五通之果

五通者是陰神之神通也若陽神則有六通多漏盡通也六通者天眼通天耳通神境通宿命通他心通漏盡通此一通爲陽神之所多餘五通陰神同

宅舍難固

陽精無漏則身長生不死爲金剛堅固宅舍可永劫不壞若有漏之軀有必死之道身不堅固也

不免於死此而生於彼若有秘授躲橫生而擇堅形者猶且易姓改名虛負今生矣陰神何益哉陽神之基可不亟築之哉可不急究之哉世有以婬姤敗基者反誑人曰採補築基欺騙愚夫共爲婬樂一遇婬媾而精無不損者炁無不耗者神無不蕩者基愈滅矣直誤至於死而後知彼婬邪術假之悖正道可不戒之哉

此篇正文重重自相申解已詳不必再生註意

煉藥直論第七

沖虛子曰仙道以精炁神三元爲正藥

元精元炁元神曰三元皆先天也

以煉三合一喻名煉藥

昔谷神子云道以至神爲本以至精爲藥以衝和爲用以無爲爲治長生久視之道成矣若不如此即非金液大還丹之法

其理最精微其法最秘密昔鍾離曾十試於呂祖邱祖受百難於重陽我伍子切問二十載於曹還陽

逢師於萬歷癸巳年三月受全道於壬子年三月間以癸壬計之二十年也我當初每自恨福力之薄不蒙師一速度今而後始知侍教久者入道精不然何以能高出萬世耶予又按白玉蟾云十年侍真馭白又云說刀圭於癸酉七月之夕盡吐露於乙亥春雨之天又當知天機非邂逅可談

方纔有得是以世之茫然學道者及偶然漫談者皆不知何者是真藥而何法爲真煉徒然空說向自己身心中而求實不知有至靜之真時真機也夫至靜之真時者是此身心靜極即所喻亥之末子之初也陰靜極必有陽動

靜屬陰動屬陽陽極則陰靜陰極則陽動

則炁固有循環真機自然復動此正先天無形元炁將動而爲先天無形之元精時也即此先天無形之精便名藥物既有藥炁生機必有先天得藥之覺

即時至神知之說亦即我神炁同動之說也

即以覺靈爲煉藥之主以衡和爲煉藥之用

覺靈者妙覺靈心也衝和者烹煉薰蒸之和氣也此正三家之初相見也亦三華之所聚者

則用起火之候以採之

因有藥生而起火即活用子時起火曰活子時藥生與火生同時故以火之活子時而稱藥亦曰活子時達摩云二候採牟尼言採藥用二候也四候別神功言沐浴用四候也同此

須辨藥之老嫩採之嫩則炁微而不靈不結丹也

人人都說藥生要辨老嫩若嫩則炁微配合之則無半斤八兩之炁何以成一斤故不靈

採之老則氣散而不靈亦不結丹也

老者只是過於當採之時當採而未採則氣以久而虛散皆由心生怠惰而至此氣既散則力亦微配合不均不能成丹故亦曰不靈

得藥之真

不老不嫩如九二利見者曰藥真非初九之勿用亦非上九之有悔

既採歸爐則用行火之候以煉之

行小周天之火也

藥未歸爐而先行火

昔呂真人戒之云無藥而先行胎息强留在腹或積冷氣而成病顧與岆庠友問既知採藥何故又不歸爐衝曰傳正道知真採故可必得歸爐又要行火合於候之妙方得藥歸爐若火生早了是名火小不及不名冲和冲和者和而冲也古人有喻者曰如浴之方起而暖氣融融然火既小而不及邱真人已言曰則金精不飛是也焉能得藥歸爐悟道真修者必先從我此答精思之則知直至末後皆是如此

藥竟外耗而非爲我有

藥尚未入鼎中而妄行火即所謂鼎内若無真種子猶將水火煮空鐺之説

不成大藥藥已歸爐而未即行火則真炁斷而不續亦不成大藥

藥在外由火以採之而歸爐亦由火烹煉之方在爐中成變化已得藥歸爐火斷而不行則真炁亦斷而不住及再行火雖周一天終與前不續藥亦不續如何能成大藥即參同契注所云外火雖動而行内符不應則天魂地魄不相交接是也

若肫肫然加意於火則偏着執於火而藥消耗

執着用心於火則着有相而急躁近於外道之存想有爲非自然之天機妙用

若悠悠然不知有火則迷散

行火之時若心不誠則不靈或昏迷十二之時或迷失刻漏之數或忘沐浴之候或不知以何數周於天或周已而猶不止皆是

失於火而藥亦消

火不能留藥焉得不消即神不留炁之喻

皆不成大藥

以上皆言孤陰寡陽偏有偏無之危險也

若火間斷而工不常雖藥將成而復壞

火所以煉藥古云火藥一處居行火之法愈久而愈密愈密而愈精斯則必成大藥必得服食或有時神逐見聞婬念馳於外而着魔則神離火火離藥工不常矣藥如何得成雖將成猶有退散之危險

若久執行火而不知止足雖藥已成而亦壞

火足矣即成大藥因藥成而言足也藥既成則不必用火安得不止藥已成者成之而生爲服食之大藥於此即採而藥不復壞爲後天有形之精不止火不採則大藥必隨生機而將妄行欲歸之聖路無奈不止火不採而無由以受欲歸之凡路竟趨爲後天有形之精不難矣後聖當知此爲至要至秘所當防之危險也

皆不得服食

必火足而藥始成藥已成而必知止候方有大藥可採方可服食不然必不得藥成服食

後世聖真修此必使神氣相均相合火藥適宜以呼吸之氣

即火也

乘真炁爲動靜

即藥也

以真炁之動靜定真息之根基

真炁歸靜於根則真息亦定於根二炁合一於根以爲胎神之基也

則火藥既不着於一偏又無强執縱失之患如此而煉方得小周天之妙理方

成長生之大藥始名外金丹成也

馬丹陽云因燒丹藥火炎下故使黃河水逆流玉芝書云玄黃若也無交姤怎得陽從坎下飛是也

祖祖真真服食飛昇之至寶乃最上上之玄機最宜參悟而精修者也

此論備陳煉藥時之危險令後聖知防慮於此不至當面錯過而不知也神仙所言金丹服食者是腎中所得金液之氣配元神合煉所成服食之則能神通變化若方外之士言服食者不過妄以金石草木誑人曰煉服食斷不可爲以誤大志縱服食之或有疾宜於金石藥者而偶致愈或無疾而中毒成大患必不能超出三界而顯神通也

得此真藥服食自可進修行大周天之火候以煉炁化神煉炁而息定化神而胎圓陽神昇遷於天門而出現神仙之事得矣中關十月之事完矣其後面壁還虛九年一定以神仙而頓悟性於無極形神俱妙總煉成一個不壞清虛聖身皆由煉藥合仙機而得成丹成神者之所至也故凡大修行上關大成事必如此則畢矣於此畢法中始於百日煉藥而成服食者無量壽之地仙也

地仙者地上所行之仙身形重濁未離故不能離於地而升虛無之天也人仙雖長生亦同於地仙

重形尚在故亦不能離人與地也

中而十月煉成脫胎出陽神之果者超出陰陽之神仙也

神仙者離重濁之形以無形之神變化或有或無皆由一神之妙用故曰神仙

終而九年面壁煉成還虛之果者超出盡天地劫運之天仙也

初得神仙乃得大定而出定者但得定由於守中而出定則居泥丸故世尊已入滅而亦入於泥丸是也至此後還虛則又入定於泥丸古人云性在泥丸命在臍蓋言了修命之事在臍了修性之事在泥丸也泥丸之定則非從前者比九年一定者特以始入之時而略之或百年千年萬年一劫百千萬劫皆可入爲一定此正天仙佛之超劫運者

有仙緣者遇此天仙正理直論其亦齋心以識之

伏氣直論第八

冲虛子曰人之生死大關只一氣也

有氣則生無氣則死此首以人之所共知者言令人易明生死

聖凡之分只一伏氣也

氣能伏定則聖不能伏定則凡此首以人之皆能者言令人易學於入聖超凡也

而是伏義

而者轉文助語

乃爲藏伏而亦爲降伏

藏伏者深藏歸伏於元气之根降伏者管攝嚴密不許馳於外此二者亦有防危慮險之意

唯能伏氣則精可返而復還爲先天之炁神可凝而復還爲先天之神所以煉精者欲以調此氣而伏也

煉精小周天調其息而伏爲其不能頓伏故用漸法調而伏達摩祖師顯宗論亦言似此意

所以煉神者欲以息此氣而伏也

煉神大周天胎息其息而伏爲其不能頓息於無故亦用漸法胎息其息似有而無乃至於無有無無而伏於寂靜

始終向上之工只爲伏此一口氣耳所以必伏而始終皆伏者是何故蓋當未生此身之時就二炁初結之基在丹田隱然藏伏爲氣根久伏於靜則動而生

呼吸是知由静伏而後生呼吸之氣以成人道者曰順生也而是逆修曰成仙者當必由呼吸之氣而返還藏伏爲静此氣伏伏氣之逆順理也及呼吸出於口鼻而專爲口鼻之用

呼吸至於口鼻則落生死之塗矣離口鼻則離生死

真炁發散於外遂至滯損此氣則爲病耗竭此氣則爲死蓋不知伏爲所以復之故

伏者欲將呼吸還復歸於炁穴而爲不呼不吸之故也必此氣伏於炁穴而後元炁能歸元神能凝

三者皆伏於炁穴也

而亦不知行其所以伏

行所以伏者言有至妙至秘之天機呼吸合於天然者爲真元炁得合當生當採之時者爲真元神合虚極静篤者爲真三者皆真而後得所伏之理行之而必成不然則亦世之外道而已

安保其能久生而超生死於浩浩劫之外耶

三者不真則非所以伏之理故不能超過浩劫之運

有等妄言伏氣者而不知伏氣真機

真機者有元炁元神而呼吸正合天然自在方爲真

終日把息調而口鼻之呼吸尤甚

調息者調其内用之玄機如橐天籥地徐停息之説世之愚人不聞天機只把口鼻數調如隔靴搔癢焉能調得到無息

痴心執閉息而腹中之逼塞難容

閉息者靈寶畢法書亦言之是言不通其息出入之門也雖無門却有安頓自然之妙理非强制之爲閉也强制則不真故無成真禪家與真仙道略同若痴禪人之假禪亦與痴道人之假道同學者不可不察禪宗人有一等假禪者曰吞聲忍氣曰氣急殺人皆言忍住氣而不出入此是病非禪也强制則念是動的不是静何以爲禪禪字解作静字若是自然真静方爲真禪

哀哉此妄人之爲也安見其氣之伏而静定也昔邱祖云息有一毫之不定命非己有

息得呼吸絕則生死之路絕息有呼吸不定故不免生死

而伏氣之要正修士實用所以證道之工也但此天機之妙絕與世法不同古人托名調息者

世人之息一呼一吸均平無用調矣仙道託名調息者非世法之用乃調其有而至無無而至有爲其以神馭氣行之必住住之必行在乎行住之間而調之也

隨順往來之理而不執滯往來之形欲合乎似無之呼吸也

當有往來不强使之無而唯隨順之似心息相依之説亦不强執害其自然而爲勉强

託名閉息者

世之言閉是勉强不合自然仙家言閉只託言閉之名而非用彼强閉之實故范德昭曰内不出外不入非閉氣也我故曰託名者略似閉氣而實非閉氣也

而内則空空如太虚無物

空如太虚是真虚無則真息便可歸於真無真禪理亦似之若上文所言内不空而逼塞者是强閉者外道邪法旁門之類皆然

欲合於無極中之靜伏也

無極者無一炁之始及後太極則有一炁之始一判則爲天地今言無極乃言天地及一炁之未有之先即爲父母尚未有之先正是虛極靜篤景象妙悟必至如此爲真靜伏

總之爲化炁化神之秘機古人云長生須伏氣故自周天而歷時日年劫惟伏此氣

言有一小周天之所伏有一大周天之所伏一日之所伏一年一劫之所伏或暫或久而能成其一伏者真有道之士也

此氣大定則不見其從何而伏始亦不見其從何而伏終無始無終亘萬古而無一息與神俱虛俱靜斯謂之形神俱妙之靜也

世尊能以一法說八千劫而後已能以一定坐八萬四千劫而後出定是其形神俱妙與仙同者

唯聞天仙正道者方能識得此理唯有三寶全功者

三寶者元神元炁元精若一寶非元則不爲寶屬於後天者無用亦不得爲全功

方能行及此工

此工者即上內如太虛證入無極靜定者言若三寶會合煉成化炁而後可行大定常定工夫若未

化炁則亦無用此爲

有大志聖真請究之而實悟之

胎息直論第九

冲虛子曰古胎息經云胎從伏氣中結炁從有胎中息斯言爲過去未來諸神仙天仙之要法也

男子身中本無胎而欲結一胎必要有因則因伏氣於丹田炁穴中而結胎是胎從伏炁中而結也元炁靜而必動欲得元炁不動必要有藏伏因有胎即藏伏之所乃息而不動是炁從有胎中而息也胎因愈伏氣而愈長氣因愈長胎而愈伏共修成一個圓滿胎神斯所以爲神仙天仙之要法非此抑將何以成之然胎息與伏氣本是一事何分兩論只爲懷胎養神必用胎息而後成胎而神住胎古人皆以胎息言之今亦詳言於煉炁化神時也伏氣之説爲伏氣而得精還化炁煉藥以得大藥古人只言伏氣今亦從之言伏氣雖兩言之中則互明其理令人知兩言之妙而不妄疑妄執其爲兩

予願再詳譯而直論之夫人身初時只二炁合一爲虛空中之炁而已無胎也

亦無息也

此言無胎無息起下文返還成仙之所證

因母呼吸而長爲胎因胎而長爲息

修仙者亦必因呼吸而長爲胎因胎而長爲胎息

及至胎全妙在隨母呼吸而爲呼吸所以終日呼吸而不逼悶此緣不由口鼻呼吸只臍相通故能似無氣息一般此正真胎息景也

古人謂内氣不出外氣不久非閉氣也之説正言由臍相通者

離胎而息即斷

在胎中則我之息由母臍中所生故我息亦在臍而口鼻不可呼吸離胎則口鼻開竅可以呼吸順而易矣當此時且不知胎息安得復能胎息

無母臍與子臍相通不得不向自身口鼻起呼吸即與胎中呼吸同而暫異其竅耳逆修返還之理安得不以我今呼吸之息而返還爲胎中息耶凡返還呼吸時以口鼻呼吸之氣而復歸於胎息之所

即丹田之所許旌陽云臍間元炁結成丹谷神不死因胎息長生門户要綿綿元始得道了身經云中宮胎息爲黄婆抱樸子曰得胎息者能不以鼻口呼吸如在胞胎之中則道成矣以鴻毛着鼻口上而毛不動爲候也

如處胎息之時漸漸煉至胎息亦真無真無者滅息盡之義也

謂胎中之息亦真無之此正禪宗人所謂萬法歸一一歸無之説

方是未生時而返還於未有息未有胎已前之境界不落生死之途者矣

凡人有呼吸則有生死無了呼吸即無生死

所以得如此者亦非驀然無所憑依配合便以呼吸歸中而可胎息者

呼吸之炁最難制伏必有元炁相依方可相定而成胎息然胎息何以知其成也以呼吸歸於胎息則口鼻無呼吸而成胎息是其真成也終不復至口鼻爲呼吸真禪定者亦似此若凡夫外道不知元炁者爲何單以呼吸歸於中而妄曰入定胎息其息不能定住於胎所雖忍氣而氣無所容乃曰氣急殺人而終不能强忍口鼻之氣更呼吸浩浩皆由悖却世尊所謂無生法忍者之所爲也世之假道人假禪人皆如此此亦後學聖真之所當辨而自防危險者也

所謂孤陰不成者此亦其一也

呼吸之氣乃後天有形之陰物故亦如此言之

必要有先天炁機發動之時又有元靈獨覺及呼吸相依三寶會合已先煉成大藥者而轉歸黃庭結胎之所於此之時

此時者是當此結胎之時因文上句皆言先所化炁而至此始言胎息之意也此正申明必要煉精化炁以炁助胎以神主胎以呼吸結胎方成真胎息

而後以胎息養胎神得神炁乘胎息之氣在中一定

神炁與胎息相乘方是有配合的修真胎息之工所以能成真胎息得真定若無真炁便不是金剛不壞之身坐中只是昏沉瞌睡如何能長覺長明以長馭氣入大定成胎乎有間斷即非胎息

即是結胎之始正入藥鏡所謂初結胎看本命而得者

本命者二气也元炁爲生身命之本呼吸氣爲生身命之具

而結胎之初必要本命二炁隨神之號令同凝於中而爲真胎者也

雖似有微微呼吸若在臍輪而若不在臍輪在虛空正度人經所謂元始懸一

粒寶珠去地五丈如世尊之前地涌之寶塔在虛空中等語皆是也皆用運旋真息以漸至成胎頓然絕離口鼻不存呼吸滅却有作恰然處胎相似而胎中之息始雖似有而終絕無即是真胎息所以成陽神者

若無大藥真氣服食若非三家相見必不能胎真息而神真純陽者也

如是而久久無間斷綿綿密密無時無刻而不是在胎中無息之景直證陽神大定絕無動靜起滅即是胎圓乃返還到如母胎初結一炁未成我而未分精炁與神之時正入藥鏡所謂終脫胎看四正而得者

看四正者驗四正功夫之有無也有則胎尚未圓以其有乃養胎之工也無則曰滅盡定而陽神成就矣

胎息還神固曰畢矣

胎事畢滅盡定佛亦滅盡定入涅槃故其經云若於佛事不周不入涅槃佛事周訖方入涅槃

畢其十月中關之事神仙之證也猶有向上田煉神還虛而證天仙者在所必當知故遷神於上田而出天門以陽神之顯見者倏出而倏入何也當前之十

月之內而或有出者是不宜出之出也由六根之爲魔而妄出

陽純則無魔陰盡則無魔陰將盡而未盡甚爲魔者要除陰盡是要除魔盡也

妄出則神走而着魔境而息亦走着於口鼻必急入則依於息而歸胎

此一段又再詳指示人以十月內之所當防此危險者

此時之出是當出而出也

昔監養素胎成當出而不知出故劉海蟾寄書與之指示所出之法

故起一出念而出陽神於天門

天門者傳道集所言指頂門也古人於此贊之曰身外有身是也

若出之久恐神迷失而錯念

古云十步百步切宜照顧

故即入上田而依於虛無之定所以神既出胎喻同人生之幼小須三年哺乳者以定爲乳哺也又言九載三年一定者言出定之初時而入定以完成還虛之天仙也證到至虛至無即證天仙矣然是定也入定時多而出定時少又宜

出之勤而入之速也我故曰出定之初即爲入定之始也雖天仙已證亦無不定之時也故世尊亦曰虛空界盡我此修行終無有盡正如此也至於終天地之後超過劫運亦無不定之時也此猶仙佛以上無仙無佛之妙境而天仙佛之至者也後來聖真共知之共證之

此書稿成於天啟壬戌歲實欲藏之爲門下學者便心目不意被人盜去但儒者竊取仙書愛慕之心勝可恠又可惜也由駱友而失駱故想像而梓不無疎略今崇禎己卯秋查舊稿加注賢道友復梓之以廣度人流行於天地之終皆所願也故附識之

天仙正理直論九章畢

直論起由

予作天仙正理直論僅僅九章完全畫出一個天仙樣子令有緣有志者見爲頓悟

有志者不遇此書亦是無緣於道遇此而不參悟亦是無緣於道又或有遇之而無真學之心唯圖

許僞欺世者亦當改惡從善而歸正道

非敢曰輕泄天機妄擬無罪只爲度盡衆生爲自度計者於是冒干天譴而直論亦緣我老祖師張靜虛真人得道後曰今日四大部洲全無半個人兒知道今當廣開教門奉此仙旨故也

張真人法派名靜虛常携虎皮爲座故當時皆稱虎皮張初與三友尋訪仙道夜半見白毫光於西而衝天次日西行夜宿又見日又趨之二友去而獨行獨見得光處在蜀之碧陽洞也入見仙師而求度甚切師遂授之道命之修數年成而始命出曰今日四大部洲絕無半個人兒知道你與我廣開教門張翁遂行按四大部洲者東勝神洲西牛賀洲南贍部洲北衢盧洲佛經所説者是也張仙翁遂出西域轉北夷還中國見二大洲已無人矣實起度人之念止度得李虛庵一人而已

歷十五年間再傳而遞言於予

十五年間者張真人於萬歷己卯年度李虛庵至壬午年年復至李家助李銀爲行道之資李真人於萬歷丁亥受曹還陽請至其家曹與三友各具贄六金助道不足戊子曹三友又助師三十金而修成證果矣曹真人於萬歷癸巳與伍子遇甲午年夏五月度伍子計之己卯至癸巳十五年也至壬

子又十九年曹復度伍子仙佛合宗全旨以出三界之上者并傳以助道之方囑之曰此元史所載邱真人助國之方也唯默記之倘護道要用則用之否則閑置之可也勿爲世間作孽取大罪也予之十九年中苦志苦行或亦少仿佛於長春祖之苦志者得全大道敢不如命戒之哉

予初若爲駭聞

駭世之學道者多豈真無半個人兒知道

而久之真見同世斯人不同聞斯道

得師度之後遍考仙聖之書聖聖同此一道也同此修成正果也差毫髮尚曰不成豈可有不同者乎每考問於全真侶不過只知御女採戰及却一病小工爲詭求衣食之計者與仙道之保精保炁胎神之理者不同聞考問於禪宗人不過曰當下便空以降魔轉劫僅爲死後生人道之説與佛法空而不空之真空超劫之妙法不同聞又考在家俗士之學道者求假做黃白成富貴求房術久戰遂媱樂并無學道之實而志不同又考在家俗士之學佛者妄自尊而誑人曰曾參學手抱非忉利身觸忰天王口稱者當下就了只就了得一席媱媾何曾聞佛法可了而聞實不同世界劫壞如此安容得不直論而一救之耶又安容不直論留爲後世聖真作正知見耶

故作此以指引後來凡我

邱祖門下符節正傳弟子得師口訣凡藥生内景

時至則神知爲内景藥炁馳外則外別有景

採藥真工

即達摩祖師所謂二候得牟尼者

行火工

小周天之候即達摩祖所謂四候別神功

止火景

詳後仙佛合宗語錄中

採大藥工

自古聖真所不輕傳此以前得百日煉精化炁之真法行得全功只成精滿炁足之凡夫知此而用

得大藥方得長生此先聖所以必俟百日功成者而後言之

得大藥景

有六種震動之景也丹田火熾兩腎湯煎眼吐金光耳後風生胸後鷲鳴身涌鼻搐六根因其滅識皆有景驗

三關工

即名五龍捧聖者從此超凡以入聖乃聖聖不輕傳之秘法天機世間之所不知不聞者必俟百日功成者而後言之

服食工

度過鵲橋而下重樓喻曰服食非如飲食樣之食

守中理

即大周天之初古云守似有却如無不有不無故喻之曰守中又聞胎息本在臍而若不着於臍養神本養中田之神又若不離於下田總若合二田成一虛空境界故亦喻之曰守中正秘密天機有不得顯言者

出神景出神收神法煉神還虛理

此守出收還等五者皆詳後仙佛合宗語錄中

歷歷秘授

歷授者次第盡傳上文十二句之秘法乃正傳之所必有而後聖真修之所當必受者

聞人世所不知

聞者言後聖得遇聖師而有所聞者人世者彼後聖同世之人也彼人所知皆世法中旁邪小術唯聖所聞皆彼不知正與直論中十二句秘法同

見凡書所不載

見凡世前書已載者皆古聖大略之言也不載者精切秘密天機舊不載於書而今得聞於聖師正與直論十二句皆同則師言可篤信奉行直論可憑稽考要知非遇仙者無真聞見非遇仙者不能措一言爲直論

當下工修煉時更以直論相印師言

古聖之書每言一句又秘却二句三句何以得全印證欲求全證又要搜索多書此貧者之愈難唯此直論兼注又後有仙佛合宗語錄及門仁賢問答之要以詳直論注脚盡露全旨則後聖得此一書足以全印可無餘恨矣

得了然無疑無礙直證天仙唯我作書助道之一願也後來聖真未及得正傳者尤當從斯入悟究其逐節工景違合

凡有所聞即徵諸此書合則正違則邪作人天眼目者唯此書

心則不爲妖人邪說所惑矣

凡一切邪說旁門皆與此書相違悖

如有真志精修不參此論是自絕於仙佛正道者也竊謂此論而行邪行以誑世者

如昔一光棍專以房術欺騙人者乃借言曰鉛汞不在身中取已明明說破愚按棍賊此言謂鉛汞不在自身是女人身上取的鉛汞者喻陰陽豈有陰陽二者俱在女身上取之言而可惑人取信乎猶且言之咦

天律王章共誅之

此書本代天仙救世代佛破邪盡是表明天上梵德至道之言有天目共視天耳共聽天律共護若有邪人假借正言行彼邪說天有霹靂伐其性命王有典刑滅其身形

并揭禁誓書末以爲誦書者知誡

天仙正理直論注釋正文終

後跋——

冲虚子跋云道爲天仙之秘機

天仙之道唯天仙知之行之凡夫去天之遠何以得遇唯不可遇雖曰不秘而亦是秘若有得遇知其道者必要體天仙之心行天仙之德而後可成天仙之道

凡夫之罕見

爲今之凡夫者前雖有善而或有小功不足以得道故難遇若能從今起念學道時全具善心力行善事絕其從前間有不善者則道之罕見者猶可望見也

或百劫百年一傳於世

如唐開元時之純陽翁始度王重陽於宋徽欽時如六祖盧能止衣鉢不傳而後竟無傳法之七祖者

或片言數語密度於人

如鐘呂二仙度燕國宰相劉海蟾以卵壘爲山而不崩墮劉曰危哉鐘呂曰汝宰相之位更危於此劉弃相從之而仙去如虎皮座張真人以嘉靖帝强請之不起罪邳州守請曼及三年而後至京延及徂落而不復命還至六安州召廬江縣李虛庵而度之令三誦三背其言三日而别李竟成真縣及鄰封皆稱肉身菩薩然張祖不肯見帝而度乃召李而度之此亦張祖密度之案也如佛欲度迦葉分恒河水爲兩斷而佛行其中之無水處葉以舟救佛佛從舟底穿入而舟底無孔葉猶曰幻也佛曰汝未成不生死阿羅漢何能如此貢高我慢葉驚服自不知所以不死而歸依之是也

三口不談六耳不聞

三人則三口六耳也其中或願學小成於人仙者或願學中成於神仙者或願學大成於天仙者所願者則重之而喜聞所不願者則輕之而厭聽或德止足以授小而分不宜聞中大二成故不同談不同聞也如許旌陽吳猛二人許爲旌陽縣令吳爲分寧縣令也同謁丹陽之諶母元君母獨傳許以道法謂吳德行尚未充後當拜於許授如世尊單傳迦葉爲初祖而以堂弟阿難未能離欲令轉拜葉傳爲二祖俱是舊案也

不經紙筆

仙道乃天上人之所有亦天上人之所用正上仙口不談之秘鬼神覷不破之機所以不載筆於紙

何敢淺其說直其論而諄諄然數萬言爲鐫哉此大罪也

大道本不敢輕一字於非人之前何敢淺說其精深直論其秘密令善惡賢否正人非人一概混見之耶但視世間無不可救化之人倘有不從正而改邪者是必從地獄餓鬼畜生三惡道出而初世爲人而惡心猶在故也雖直論之彼只見如不見而已矣何嫌其混見

曾見世人截然向道而竟無覓處

截然者截斷世法塵勞決志學道滿目是萬法千門竟不見何者爲仙道不知向何處覓仙道此甚可憐

舉世多人談道而悉墮旁門

遍世界談道所聞所知全在媱邪窠臼中初學不能辨邪正遇之焉不墮入此又甚可耻

謂道不在世而人必誤陷於邪者也有

仙道原只蘊藏於仙胸中世何得有一切諸人不遇仙度皆只在世而學焉能外世見而求世外之

見畢竟誤陷於邪矣

謂人心自邪不求聞道而規正者也有

心邪之人唯邪法是喜口稱是學仙之黨者只願學房術御女謂婬姤有如是快樂是我所學之有證而仙道高遠或者即此所致我何必捨此快樂而别求仙樂爲哉故不求聞也自稱是學佛之黨者造斷見之邪説而惑人不知已爲佛之所斥自謂有了此一口高談捷語足取衣食名譽何必效佛所修而六年禪坐以自苦故不求聞也予在金陵所以絕不屑與人談仙佛見彼諸俗人談仙者皆志於房術御女及却病小工而即指爲仙道不務修德修道故不必與爲謀也見彼衆生談佛法者皆妄將佛説爲行教無用之虛言將已談斷見作佛法不求如何如佛八千劫説一會法華經方已不求如何得如佛八萬四千劫坐一定方起必執斷常邪見直趨死亡爲了生死或學躲一輪迴爲自足而且不能得又不能承當正法竟如石馬雖打不走全似木牛拽鼻不迴謂之下愚不移何足救化何足與言所以只尊仙佛正法爲我自悟師而已矣我又爲有相知者憫而淺説勸之佛昔云人相竪畜相横世之俗夫每以横相妄談佛法語人曰我知佛我是佛此亦妄人也已矣甘爲横相又何難焉今而後談佛者請先改汝横相爲竪相且遵佛説别作商量庶免空勞妄談虛度一世

借令百劫百年生一聖真將何人悟

言此論若不出世倘有真修者不知如何修仙不知如何修佛故無趨向處亦不知學何者爲學行何者爲行

所以得聖真於學者必由此論

及有此直論并仙佛合宗語錄出世若有一人精究此論及錄便見得此人是有志於此者與論合志即爲學此道之聖真不究者則其志不學此終於凡夫輪轉而已

得聖真於師者亦必由此論

誦詩讀書而尚論古人者固有人誦此論而尋覓論此之人者亦有人未誦此論而尋覓已誦此論者亦必有人能覓此人豈不得遇此人而得遇此道故曰求師必由於明此論所以張紫陽真人作悟真篇以訪友果得石杏林爲之徒其勝於奔走四大部訪師友者不萬萬分便益哉

故鍾離云吾之求人甚於人之求我

古云弟子尋師易師尋弟子難蓋弟子以初學之無知故不知所遇之人有道無道而拜之故易師之有道者嚴奉天誡必選擇同德同志祖父善門一不全不足非弟子故尋之難昔鍾離往九江府

德化縣度縣宰呂純陽又鐘呂往甘河鎮度宋徽欽時領兵校尉阻重陽又鐘呂往燕國度丞相劉海蟾又虎皮座張真人行至六安州馬神廟召廬江縣之李虛庵而度之又昔世尊往榆羅厥又國度迦葉者皆是師急於求人之案

人不及於求我我不及於求人

世界如許大學者相隔如許遠誰知我而求抑誰知我而能求由我非方外之士游遍四方者亦非如所謂唐朝呂洞賓至今猶在尋人度者亦非如世尊自謂行化時至乃行而化之至度一萬八千九十四國人者不過隱處一小小道隱齋而已不及求人所以亦不得爲聖真學者之所遇

乃以一筆救天下後世迷

唯成書可以代面命雖遍天下儘後世凡有見者皆可救其迷惑

然而迷自軒轅氏御女保生之術一倡

軒轅者君天下者忌嗣子之少故用後宫之多媱姤之多必不可不節慾後世學者豈可以節慾之人事而遂誤指爲長生不死神通之仙道乎

而真偽爭途四千餘年矣

仙道是出世間法真也御女術是在世間法而非仙偽也本不同者凡學仙聖真既有大志有聖德必不可學御女以招天誅凡學御女者輕縱婬樂壞女子之身喪女子之恥志極卑污敗仙佛根基種子天律嚴密又豈容於談道

真者幸有天降真傳而作仙佛

漢之張道陵葛玄仙翁寇謙之子吉皆太上降下而傳北漢時之鍾離正陽乃東華帝君之降傳唐之純陽吕翁乃鍾離之降傳宋之王重陽燕之劉海蟾乃鐘吕二真之降傳世尊佛乃阿私陀仙之降傳故法華經佛云昔者仙人授佛妙法如來因之遂致成佛是也所以伍子言非仙不能度仙非佛不能度佛此亦破迷之一説也

偽者自愈熾説徧天下而迷人

熾説者建立各種門户曰三峯採戰者曰小採補者大採補者曰童男童女開關補氣者曰對爐者曰入爐者不入爐者千種婬穢無耻以之爲世事用尚甚可耻又安可妄誑人曰道乎所以道隱齋評之曰常見人猿與陰者聚則撫弄其二物豈可以衣冠人物有禮義廉耻者而如之乎又評之曰蠢動如蚊蛾虱類人共見其不學而能相姤豈有不蠢如人反不如之而學人爲姤乎以速死喪命

之事而愚弄人曰接命不死其迷於自愚又迷於邪說之誑如此予請諸人破迷改過且自安生保見在之福

以此大迷之世而論說之宜直宜淺其可少乎哉洩論說之功豈不大哉

泄萬古聖真密旨天機書之徧與凡夫言固有罪矣但後來聖真得明道於論說之所洩豈不是此莫大之功乎

然洩道未必無幹於天罪敢望曰天不之罪而故意冒干之耶即此一點破家學道慈心救世之爲功抑可贖罪哉得悟於天下後世刼獨超出大迷而爲聖爲真者又可無此洩道功之報哉

後來聖真得明正道於論說不被邪說坑陷而竟成聖成真亦當報今洩道之功

見此者幸毋謂我 一見是書已盡見其道見之固易而生易見之心靡不亦自輕易視其性命

書成道之初迹耳道之精真者曰理道之實行者曰事理可以書求事未可盡以書行必要真誠參師學道凡未得師者以此書考尋正門爲引進即此以爲引進師也已得師傳者以此書印證是否

而爲信受奉行此即是印證師也若不求真師救度專向書文上誦章句偶見一斑妄稱全豹愚謂只可言悟書不可言悟性悟道由懷易見之心不識爲難遇難聞之天寶則其輕易視性命而喪失者將必不免矣

毋謂我一見書便見此道實可易行正遂我畏難之心即此易行而易行之自執善悟不求師而按圖索駿焉能了悟到至玄至妙之真實處而修證性命

書固載道正欲使人明道而淺直之古云得訣歸來好看書若先得真師真訣則見書真可盡見道真知易行若謂不必求師道已了然盡見易行古云差毫髮不成丹恐難悟透亦不免依然失性命也古云性由自悟或可因書命要師傳必經口耳則信之真而行之勇此我今所望於後聖後真也故又誡之曰毋輕忽爲易

尤毋謂盜此爲說言可應世理可驚人足以師任之於己以徒視乎其人有此誑人之心爲障爲礙耻於低頭實學竟不自悟自修自證而亦不免於失性命

有等人不真實參師學道唯見此書一遍念幾句誑人曰我盡得傳某人道矣我今足爲諸人之師諸人只可爲我之徒言至於此即楞嚴經所云未得謂得是爲入魔故必害己德而墮爲魔民昨有

一人即如此誡之説見此未注舊稿偏語人曰我全得某人所傳仙道之妙斯言也非贊揚實貶詞也一則以忽仙道之爲易一則以增己學之爲博不謂染指吞海曰海盡吞矣而可乎以芥殼量海曰海盡量矣而可乎作是言者可謂無正心無大志又一人在金陵媱惡無度冒稱爲我虎皮張真人門下人不知張門先戒絕媱事媱念爲初功彼何必自投清浄門討個擯斥爲哉

於是三者能不肯犯

即上三條誡詞也

誠心參悟即直論以究仙理徵直論以印師傳真修實悟證聖證真斯不負我染筆時一字一泣

當論時欲不直奈何今世正道已盡絕恐無益於救正不得不爲仙佛宣明正法欲直論天則有譴而不敢言終必直之而冒譴故一泣我自癸巳至壬子二十年參師護師賣田舍破家計苦心苦行而得悟後之參師者未必能得年之久未必有可賣可破之家而可得故一泣人以一見論而即知我以多年苦而輕洩我以自苦代人之苦我以所賣所破代人之以賣以破故一泣又或有人或有可費之資而不學真仙道者徒費耳雖費而不求明如何修命得命之證如何修性得性之證泛然

無着者徒費耳雖費而不苦心志苦功行以求必悟必成者徒費耳故一泣我又爲衆言此以勸誡之

爲終天地劫運之聖真直而論

泣而論者既爲參難洩易而割捨天機又爲世界既絕仙佛正道愈傳愈假我獨得悟又焉敢不爲仙佛正道留一線之真耶令世世聖真得所考據而爲師資矣

將流行於天地之終而度盡仙佛種子爲聖爲真成仙成佛之心也歟

今世皆好房術婬慾而仙佛正道則絕盡婬慾心反正道雖見之亦不能救正間或有從救而不足必成書流行以終天地則盡未來之仙佛皆得普度是我繼諸仙翁救世度人立三千功行爲自修而已矣即純陽翁所謂度盡衆生世尊佛及地藏菩薩亦謂度盡衆生言自利利人之果唯如是而後圓滿

天仙正理直論增注後跋終

七日採大藥天機[一]

太和作禮曲膝問曰直論中所謂七日口授天機採其大藥未審大藥何以必須採於七日也伍子曰陽光三現之時純陽真炁已凝聚於鼎中但隱而不出耳必用七日採工始見鼎中火珠呈象衹內動內生不復外馳故名真鉛內藥又名金液還丹又名金丹大藥异名雖多衹一真陽即七日來復之義也問曰採大藥天機求老師垂慈詳訓答曰以初採言之其呼吸之火自能內運任火自運絕不着意於火亦不馳意於火方合玄妙機之火也此時用火尤當入定而單用眸光之功時以日間用雙眸之光專視中田夜同用雙眸之光守留不怠如是以採之大藥自生陰符經所謂機在目者此也問曰天機已明但採之

一 明・伍冲虛著。校對版本：河南人民出版社 1987 年版《道藏》影印本《伍柳仙宗・仙佛合宗・七日採大藥天機第五》

而採之所以得生之理尚求教益答曰採之而所以得生之理有四説焉蓋以交姤而後生勾引而後生静定而後生息定而後生問曰何謂交姤而後生答曰心中元神屬無形之火腎中元炁屬無形之水心中無形之火神因眸光專視而得凝於上則腎中無形之水炁自然熏蒸上騰與元神交姤而無上下之間隔矣無形之水火既以交姤於上則久積純陽之光自然團成大藥如火珠之形發露於下矣如天地氤氲萬物化生者然蓋無形能生有形自然之理也古云玄黄若也無交姤怎得陽從坎下飛即此義也問曰何謂勾引而後生答曰雙眸之光乃神中真意之所寄眸光之所至真意至焉真意屬土乃中宫之黄婆黄婆即勾引媒妁也黄婆勾引於上則大藥自相隨而出現於下矣古云中宫胎息號黄婆即此義也問曰何謂静定而後生答曰元神因眸光專視歸凝上之本位而得定機則元炁亦歸凝於下之本位而得定機神炁俱得定機由是元炁成形因定而生動祇動於内生於内矣古云採真鉛於不動之中又云不定而陽不生即此義也問曰何謂息定而後生答曰此是後天自運之火

亦因神炁之定機而有所歸依自然伏定於炁根而無上下之運行矣真息一定大藥自生真息不定大藥必不生矣古云息定採真鉛即此義也此四說者皆以眸光爲招攝故其至意乃爾也昔本宗生丘祖相傳一偈云金丹大藥不難求日視中田夜守留水火自交無上下一團生意在雙眸旨哉此偈也須知大藥生時六根先自震動只知丹田火熾兩腎湯煎眼吐金光耳後風生腦後鷲鳴身涌鼻搐之類皆得藥之景也大率採藥至於三四日間真定未定之時得藥六景即次第而現若採藥至於五六日間則真意一定則大藥已生矣故七日之期亦大概而言之耳佛宗云天女獻花又云龍女獻珠合此宗矣

七日採大藥天機終

張紫陽八脉經[一]

冲脉在腦後任脉在臍前督脉在臍後帶脉在腹陰蹻在囊下陽蹻在尾閭（上三節）陰蹻在頂前（一寸三分）陽蹻在頂後（一寸三分）人有八脉俱屬陰神閉而不開惟神仙以陽氣冲開故能得道採陽氣惟在陰蹻爲先陰蹻一脉散在丹經其名頗多曰牝門死户曰歸根竅復命關曰酆都野死生根有神主之名曰桃康上通泥丸下透涌泉真氣聚散皆從此關竅尻脉周流一身貫通和炁上朝陽長陰消水中火發雪裏花開天根月窟閑來往三十六宫都是春得之者身體康强容顔返壯在坤地尾閭之前膀胱之後小腸之下靈龜之上此乃天地逐日生炁之根産鉛之地也醫家不知有此

[一] 清·柳華陽著。校對版本：河南人民出版社1987年版《道藏》影印本《伍柳仙宗·慧命經·張紫陽八脉經第十五》

潛虛翁又論調息法云凡調息以引息者只要凝神入炁穴神在炁穴中默住陰蹻不交而自交不接而自接所謂隔體神交理最詳古仙已言之確矣

張三丰真人云調息不難心神一靜隨息自然我只守其自然加以神光下照即調息也調息者調度陰蹻之息與吾心中之氣相會於神凝氣穴之中也

潛虛翁三論調息法云今夫水與水合火與火合風與風合雲與雲合常理也調息者以氣合氣何待强爲只要凝神入氣穴神光下照陰蹻脉不期而會者一氣之感通自然而然也

張紫陽八脉經終

李涵虛真人後天串述[一]

予著道德黄庭大洞無根諸註皆言先天之用而非初學法門也夫行遠自邇登高自卑若不明後天次序譬諸世上功名未舉茂才孝廉空想進士翰林也因作後天串述一篇爲入德之門也

一收心　二尋氣　三凝神　四展竅　五開關　六築基　七得藥　八結丹　九煉己

太上有言貴以賤爲本高以下爲基後天滋補賤下之道也賤也者師所謂説着醜也下也者經所謂下而取也培養丹基純以精氣爲寶其行功法也先要收心入内以中爲極以和爲則以神爲體以意爲用尋氣以陰蹻爲先中是活

[一] 清·柳華陽著。校對版本：河南人民出版社1987年版《道藏》影印本《伍柳仙宗·慧命經·李涵虛真人後天串述第十九》

活潑潑不見不聞之處和是專氣致柔抱神以靜之功定中生慧坐照如如媾元神而生元炁展竅開關不難也元精者陰蹻一脉逐日生人之元炁也學人采取元精必尋炁之活動處而以靜合之此謂之神氣交則男女媾精真種化生真種者後天鼎之真氣後天鼎者即元神元炁交合之所也一名靈父靈母此氣從鼎中煉出即宜凝其神柔其意以柔制剛自然入我内鼎和之調之煆之煉之潛伏於丹田之中呼吸乎虛無之内是名命蒂又號胎息忽然而内鼎之間冲出一物跳跳躍躍噓噓噴噴直由衝脉上至心府即展竅時俟其冲突有力時乃變神爲意也引出尾閭一撞三關飛上泥丸即開關也關竅既開乃行養己之功而談築基之道築基者采彼炁血補我精神精神雖壯又恐動搖於是以壬鉛制之壬鉛者二炁媾而生者也原夫坎宫之氣地氣也離宫之气天氣也天地交合之時混混沌沌絪絪緼緼結爲虛無窟子虛無窟子旋産一氣即以此炁爲壬鉛此得藥時也鉛之體有炁無質以故清而上浮至崑崙時要以目光上視神炁相息於頂中凝住一時陽極陰生始以舌倒抵上腭鼻息

要勻抵腭久之乃有美津降下寒泉滴滴雖不甚多然一點下重樓以意送回黄庭結黄庭却又奇怪發聲如潮湃一般始知大士甘露原不可多得也降入黄庭結爲内丹以後則在欲絕欲在塵出塵對境忘情煉鉛伏汞趕退三尸五賊銷磨六欲七情骨氣俱是金精肌膚皆成玉質蓋又是煉己功純方有此效未可越等而至也

李涵虛真人後天串述終

正道禪機直論[一]

華陽曰佛道性命喻龍虎龍虎喻動靜動靜喻禪機何喻之雜也且人從稟受無非性命而已另外又有何物哉人若成乎道者先將保守性命性命之藏處别名曰龍虎龍虎之行住又曰動靜動則爲機靜則爲禪千名萬喻不出性命除此性命兩物都是誆哄愚夫之進門耳**古佛曰不識性命則大道無所成**千門萬户費盡心機實不知性命或修性或修命亦無所成**佛佛祖祖莫不由此性命而爲之修煉也**且自古成道者未有不修性命而得證果矣**夫既曰性命而又曰禪機者何也**心静者爲禪也腎動者爲機也**且人從稟受性命原是一團**蓋人受胎之時父母二炁合成一炁一點靈光之性即在其中古人所謂三家和合有其身真不謬也**及其生也分而爲二者矣**且人之生時囫地一聲性分於心

一　清·柳華陽著。校對版本：河南人民出版社 1987 年版《道藏》影印本《伍柳仙宗·慧命經·正道禪機直論第十二》

命分於腎二物所隔八寸四分至老莫能相會矣**當其節至體旺之時**人到十五六歲丹田之炁自動**而慧命之元寶**元者即所受先天之炁也**即有變化拱關向外之機者在焉**蓋先天炁之隱於丹田後天足時則先天炁自動動而不修拱開陽關則變爲後天有形之漏盡精矣**不令其順出趁此之機**機者在內有景在外者外腎動也**回光返照凝意入於北海則元寶亦隨意之還於北海矣**寂無老師云凝神收入於此竅之中則炁隨神往自然歸於此竅矣又世尊云心目所在**故謂之和合凝集**以心合腎謂之凝也**因其有變化之順逆者**順者元精亦爲漏盡逆者元炁亦爲物也**故曰機也**機者動也**若不曰機則人不知慧命所動之至寶**夫命者元炁也炁動雖不泄漏則亦外耗耗盡嗚呼修煉者不令其外耗收藏於內則成其道也生人亦是此炁故曰至寶矣**以兀坐頑空**如今之禪門不知慧命攝心死坐謂道謬矣**迷却性命配合之真機**不知性命凝合空自磨磚作鏡有何益矣**且落於枯寂將以何者爲真種哉**不知和合凝集之法則無真種產生之景矣**及其機之息也默照渾然故曰禪矣**且機息者命不動陽不起故曰機息機既息矣迴光靜照無事無爲故曰禪也**時至忽然而動又曰機矣**蓋時者非天時之

時乃真種產生之時也能知前所用之法自有真種產之時也**急當采取**收回於本宮不收則錯過矣**圓通謂之盜著**盜者取也**起闔闢之消息**闔闢者內外之呼吸也消息者元關之機耳**運法輪之元機**此即真種通任督之道路呼吸催逼故曰法輪元機也**真種靈寶當歸根深藏**藏於下丹田之所矣**古人謂之返本復命也**運行又歸於命之原窟矣**然取得此種來**由法輪之機如意**斯謂之舍利**舍利是命得性煉成謂之舍利矣**去其有爲之功**去其風吹運行之法**用其無爲之法**以迴光返照**靜默而寂照之又曰禪矣**此乃採舍利之功有七日之照也**斯謂之心目所在**在者心目在於舍利之處**且牟尼之珠成**團成一個**形如硃砂光似雪**裏面紅放光則白也**融似湯煎味如蜜**丹田融暖口中如蜜**活活潑潑流通而出焉又曰機矣**出者出爐也**不驚不疑**以意定靜**待而動取**伺候動而同行**實謂之妙法善取之方也**除此之法再無別法可取所謂柔能制剛**迅此動機**動者珠動也**徐徐穿過三三之鐵關**蓋徐徐者不前不後前則謂之導引傍門後則謂之存想外道故必相依而同行三三者背骨之竅左右有孔從中而直上矣**斯謂之超凡入聖**煉舍利在臍下既成舍利必要超脫離出幻境不超終有所患也

牟尼之寶珠即歸中央心下腎上柔守而定照之又曰禪矣常以温養禪定之中融融無爲之樂也一團太和之天理似醉如熏佛曰禪定之中三昧也且無爲之中忽有爲焉又曰機矣太空中一點甘露夫既曰無爲而又曰機何也若不曰機則人不知有此妙物孤守於胎囊不知大道天人有相助之機也順此機之妙物收附於胎中以意逆至於中宫寂照而長定之又曰禪矣依然温養斯謂之生滅滅已二炁永定矣夫寂定之中一物超然而出又曰機矣從丹田而來有華而無形懸於太空稍稍而待之又曰禪矣二三息之間隨而出焉又曰機矣亦從丹田而來有華而無形與前物相合收而藏之用秘密天機法收於胎中寂照柔而默守又曰禪矣無事於無爲常寂而常覺寂照柔默之中二物從涌泉而出又曰機矣有二道純陽之物從涌泉直升於頂降於中宫矣取而静定又曰禪矣鼻無出氣六脉俱寧斯謂之寂滅也從無出入之迹且寂滅之定久紛紛白雪滿空又曰機矣斯時出定之辨機乃是真景不令其遲阻速以出之若夫滯於胎中缺少神通之變化又是一愚夫矣即當而出之從頂而出斯謂之超出三界寧而待之離凡身

一二尺候之又曰禪矣一片金光來懸於當空又曰機矣收而入之定而又定又曰禪矣久久長定形神俱化而禪機之說從此畢矣上下萬古禪機從此今則盡漏泄矣余願學佛者休誤入於邪師外道口頭之禪機認爲真機則非禪機矣

正道禪機直論終

短摘匯宗

伍冲虛子自序

伍冲虛子自序曰昔曹老師語我云仙道簡易只神炁二者而已

修仙者必用精炁神三寶此言只神炁二者以精在炁中精炁本是一故也一神一炁即一陰一陽一

予於是知所以長生者以炁

炁者先天炁即腎中真陽之精也人從此炁以得生亦修此炁而長生唯用修而得長其生故稱修命陳希夷所以云留得陽精決定長生是也

所以神通者以神

神者元神即元性爲煉金丹之主人修行人能以神馭炁及以神入炁穴神炁不相隔礙則謂之內

一 米晶子注：離者，神也。坎者，真炁也。一神一炁，即一陰一陽。

神通能以神大定純陽而出定變化無窮謂之外神通皆神之能事故神通即馭炁之神所顯

此語人人易曉第先聖惓惓托喻顯道

托喻者以神喻姹女喻離女喻婦喻妻喻我喻汞喻砂也以元炁喻嬰兒喻坎男喻夫喻彼喻金喻鉛也喻雖多不過心腎中之二物[二]

有爲無爲

大藏之教有權法有實法有無爲法有有爲法豈可一概論之

無爲者是養道胎面壁後半之法有爲者即凝集和合修慧命前半之法有憑有據乃先天意炁之妙用非世間之有爲矣[三][四]

二　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・冲虚子自序》

三　摘自《伍柳仙宗・慧命經・集説慧命經第九》

四　米晶子注：有爲者，乃先天意炁之妙用，非世間之有爲矣。

大藥服食

道光薛真人乃有定息采真鉛之旨既得真鉛大藥服食正陽謂之抽鉛

大藥者即陽精化炁之金丹也果從何求而得亦從丹田炁穴中生出當未化炁之先所生也出丹田但無形之炁微附外體爲形

曹老師因後有大藥之名便稱此爲小藥之名以其炁小故也及煉成金丹既化炁之後所生也出丹田曰大藥實有形之真炁如火珠亦是從無而入有也黃帝曰赤水玄珠一曰真一之水曰真一之精曰真一之炁曰華池蓮華曰地涌金蓮曰天女獻花曰龍女獻珠曰地涌寶塔又曰刀圭曰黃芽曰真鉛如是等仙佛所説異名不過只一丹田中所生之真炁既成自有之形所以不附外形而唯生于内用于内亦我神覺之可知可見者及渡二橋過三關皆可知可見此所以爲脱生死之果從此便得其有真驗矣五

五　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・火候經第四》

煉己直論——

己者即我靜中之真性動中之真意爲元神之別名也

己與性意元神名雖四者實只心中之一靈性也其靈無極而機用亦無極出入無時生滅不歇[六]

成道初迹——

書成道之初迹耳道之精真者曰理道之實行者曰事理[七]

天心真意——

丘祖偈云金丹中上斡天罡何患阻橋又阻關 一意不生神不動六根不動引循環旨哉此偈也蓋夫天罡居天之正中 一名中黃星一名天心一名斗柄在天爲

六 摘自《伍柳仙宗・天仙正理・煉己直論第五》

七 摘自《伍柳仙宗・天仙正理・後跋》

天心在人爲真意大藥憑真意之轉旋而升降猶天輪藉天心之斡運而循環皆一理也

過關正功其行住之機惟在順其自然爲要也佛宗云未有常行而不住亦未有常住而不行合此宗矣[八]

集說慧命

華陽曰成佛作祖是本性靈光不得慧命漏盡不能了道直入如來之太空

蓋本性靈光者其名雖二源頭則一也在定則謂之性定中慧照則謂之光矣慧命者乃如來當初所取以示人之名也是西方之梵語中華曰人之本源儒曰先天炁也是修佛之舟梯作祖之權柄即孟子所謂善養浩然之炁者是也漏盡者世尊以示阿難所修之名也亦是西方之梵語中華曰走漏儒謂之走精醫謂之泄元炁而漏盡即慧命之所化當其未動之先本是

八　摘自《伍柳仙宗·仙佛合宗·大藥過關服食天機第六》

命也九

北斗藏身

圓通禪師曰北斗裏藏身

北斗即上文龍宫是也即前文凝集是也祖師教人常將我之真念藏于北斗則心自空命自固矣故傳大士云心空及第歸是也

寂無禪師曰凝神收入此竅之中則炁隨神往自然歸于此處

且寂無得如來達摩之全旨慧命之嫡傳故能隱顯莫測變化無窮雍正年間屢在太邑化陽身數十家家有箇寂無談笑飲食隱則無踪或與人金銀美女或顯虎獰水火從學之徒凡心欲念無不消焉蓋凝者移也竅者即丹田也亦曰爐矣此表炁之所發當用功之時也蓋炁之動附于外形而出若任其出將何爲道本哉所以祖師示人此時速凝神入于丹田炁得神之翕收則炁亦歸矣且此炁者又非呼吸之氣乃先天之炁也即孟子所謂浩然之炁者矣此炁自我釋教諸得道之宗師

九 摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

不肯泄漏盡是譬喻外物使人自悟有明白者然後密付故曰教外别傳炁之别名釋教曰柱杖曰錫杖曰禪那曰摘蘆曰白雪曰金蓮曰散果曰洞水曰海水曰明星曰西江水曰曹溪水曰水牯牛曰海底燈曰爐中火曰牟尼珠曰海底泥牛曰海底明珠曰海底開花曰爐中香烟曰事曰物衆名紛紛不可勝計究其實事無非此一炁也故黄葉禪師參求六祖得道修煉功圓之時自嘆惜曰道無非炁也此一言泄盡天機矣一〇一一

性命動静

命者根于腎腎動則水也命者即元炁也炁動即變爲水矣**性者根于心心動則火也**性者乃真意也意動即變爲火矣**以火入于水中**以心中之意入于腎中之炁**則慧命而不外耗**炁得意協住則不外馳矣

世尊所謂入三昧火中而降火龍者即此矣此道釋門之秘也有志之士得者如法煆煉用之得力

一〇 米晶子注：道之真形，無非炁也。

一一 摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

慾不用除而自除心不用靜而自靜所謂以道制心而心自道是道也能用之久者天機忽然發動無中生有即名真種矣

難修難成者盡是外道如果有緣得此道者至簡至易所謂八十遇正道即成道矣[一二]

正道功夫

華陽曰下功之時處於靜室靜室者不近閑人之所恐來攪我之靜也**身如槁木**坐則忘形**心似寒灰**靜則忘心**以靈光爲用**回光返照**并性命而同宮**以性入于命宮**是謂道之首也**此言修性而命即在其中故曰首[一三]

天機者元炁動謂天機[一四]

一二　摘自《伍柳仙宗·慧命經·正道修煉直論第十》

一三　摘自《伍柳仙宗·慧命經·正道工夫直論第十一》

一四　米晶子抄本

大道

大道在性命之内一五累搜佛祖之秘密且秘密者即性命也自搜性命足受道矣一六古人謂降龍伏虎何爲龍虎答曰龍即心中之靈念也虎即炁海中之暖信也若要龍虎降伏先以龍宿虎窟後以虎歸龍穴乃自然降伏矣一七

止火

沖虛真人曰有止火之景

此乃止火之時採大藥之候也須求真師口授方能出爐若無真傳不知採取之法不知採取之時故景不得矣得真傳知採法景到又不可不知也若傍門認取眼光靜坐慧光千百種光則錯之甚矣若前此不知坎離交媾之法丹田則無藥而外腎亦不能如馬陰藏之形縱有外

一五　摘自《伍柳仙宗·慧命經·决疑第十四》
一六　摘自《伍柳仙宗·慧命經·雜類説第十三》
一七　摘自《伍柳仙宗·慧命經·决疑第十四》

光發現此非丹田之苗也蓋屬想妄而發矣若真能成馬陰藏形者自有异常之景故純陽祖師云曲江上月華瑩净又翠虚篇云西南路上月華明大藥還從此處生俞玉吾云西南屬坤坤爲腹藥生於丹田之時陽炁上達麗於目而有光故自目至臍一路皆虚白晃耀如月華之明也

守陽真人曰且待其景到之多而止大藥必得矣又曰初煉精時得景而不知猛吃一驚而已乃再静而景再至猛醒曰師言當止火也可惜當面錯過又静又至則知止火用採而即得矣是採在于三至也今而後當如之及後再煉不誤景初而止失之速若待景至四而止失之遲不速不遲之中而止火得藥冲關而點化陽神凡有真修仙真者千辛萬苦萬萬般可憐煉成金丹豈可輕忽致令傾危哉一八

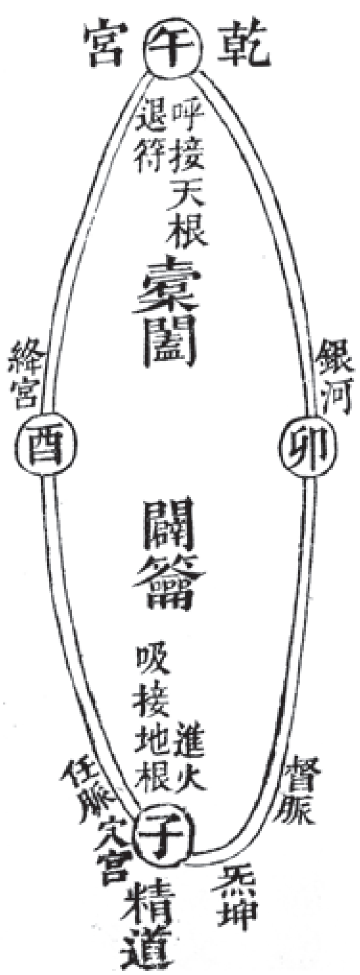
一八　摘自《伍柳仙宗·金仙證論·風火經第六》

圖第九

若問金丹消息路　發火周天原此穴

眞妙訣　調藥法

調藥煉精成金



金丹之道前八篇已盡之矣尚恐學者不知竅妙故備此圖以補全書之要訣願有志者一覽無疑不爲舊圖所惑庶知陽生在此調藥在此鼓巽風在此藥産在此採取在此歸爐在此駕河車在此還本復位在此金丹造化之元功莫

不在此矣[19]然竅本無形自無而生有則謂之元關中宮天心其稱名不一也夫虛無之窟內含天然真宰則謂之君火真火真性元神亦是無形靜則集氤氳而栖真養息宰生生化化之原動則引精華而向外發散每活子時二候之許其竅旋發旋無故曰元關難言其炁之行後通乎督脉前通乎任脉中通乎衝脉橫通乎帶脉上通乎心下通乎陽關上後通乎腎上前通乎臍散則透于周身爲百脉之總根故謂之先天其穴無形無影炁發則成竅機息則渺茫以待成全八脉則八脉湊成共拱一穴爲造化之樞紐名曰炁穴譬如北辰居所衆星旋繞護衛即古人所謂竅中竅也竅即丹田上乃金鼎鼎稍上即黃庭竅下即關元古謂上黃庭下關元是也關元下即陽關亦名命門乃男女洩精之處腎管之根由此而生但黃庭金鼎炁穴關元四穴俱是無形若執形求之則謬矣又謂夾脊兩腎中藏元炁則亦謬矣此書圖之所作實發古人所不盡泄之

一九　米晶子注：多看。

旨而又有以闢其誕妄也二〇

運動坤火

又曰運動坤之火沉潛于下

坤者爐也火者元炁也運動坤火之時往下而行以通督脉而進若别行异路是不能上乾鼎則藥即耗散矣

渾然問曰我聞玉蟾翁言神即火炁即藥以火煉藥而成丹今何又言炁是火而前文又言化穀精以呼吸爲火三事俱言火不明孰是華陽云此視學者得師不得師耳真參實悟者一見了然于心若心下不實焉得明乎非是丹經惑爾乃爾認錯丹經誦幾句古言熟語以爲自己聰明誤也凡云是起火引火火逼行火止火皆爲呼吸氣之火也凡云凝火入火降火以火移火離火心火皆屬神之火也凡云運火取火提火坎火坤火水中火爐中火皆先天炁之火也凡呼吸之火能化飲食之

二〇 摘自《伍柳仙宗·金仙證論·圖説第十》

穀精而助元精凡神火能化元精而助元炁凡元炁之火能化呼吸而助元神元神之火又能化形而還虛助道成始成終皆承火之力以登大羅之金仙所謂火者有逐節事條豈可執一哉[二一]

欲色天

世尊曰于欲色天二界中間化七寶坊如三千大千世界說甚深佛法令法久住

欲色者乃西方之梵語中華名曰下中二丹田也故止觀云西梵優陀那此土曰丹田化者神之妙用養道胎之法雖在中田必兼下田合化成一虛境若神之執住中田則道胎有所滯礙而非七寶坊矣三千者即上中下三田也俗僧謂過去一千現在一千未來一千名之曰三千豈不謬乎蓋煉舍利時住于下田用功謂之一千說法矣然必由上中二田之循環養道胎時住于中田有十月之功故曰令法久住亦謂之一千說法矣然必由上下二田之路過而後出定之時住于上田亦謂之

二一　摘自《伍柳仙宗·金仙證論·風火經第六》

一千說法矣故曰三千也[二二]

守中之理

守中之理敢請詳訓答曰中也者非中間之謂中乃虛空之謂中守也者非拘守之謂守乃致虛之謂守守中也者不着意二田亦不縱意于二田即所謂元神寂照二田成一虛空是也故能保中之體者[二三]

論煉己者論其成始成終之在真我

真我者是言己之本來面目即元神本性之別號也凡所爲採藥煉藥基之築成于始者皆由煉己證本來面目之成于始者即所以修性于始也所爲伏炁胎息爲脱胎出神成還虛于終者皆由煉己證本來面目之成于終即所以修性于終也始終皆是本性而成仙能復真性者即仙也非真性

[二二] 摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

[二三] 摘自《伍柳仙宗·仙佛合宗·守中第七》

者即非仙也

鼎器之論見神炁之互相依

此即命依性而了命性依命而了性炁依神則能化炁神依炁則能化神[二四]

神胎

如子胎十月形全則生神胎十月神全則出理勢之必至也此則再用遷法以神之不長着于中下而離着自中下而遷于上丹田

前之初關中關皆是三田反覆化炁于下亦由上而中而下及化神轉上而居中中原是虛境無所拘着而若不遠于炁根故云合中下皆在虛境之內即世尊寶塔從地涌出在虛空中之說也上丹田者頂門邊之泥丸宮也既成純神則謂之見性神之靜體謂之性性之大用及通而無障礙處謂之神古云性在泥丸命在臍也[二五]

二四　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·自序》

二五　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·道源淺說篇》

五龍捧聖

五乃土數真意屬土龍乃元神元神乃真意之體真意乃元神之用體用原不相離[二六]**故云五龍捧聖**[二七]

體元神也用乃真意也寂然不動照也即光也從來體用不分寂照矣如理而來如理而去又曰如是如是如是事理皆言是一陽物發生時是真陽矣釋道真理之一個法無二門如理而來者爲生出來也如理而去者爲回去也從那理來從那理去此理也[二八]

沐浴

問曰直論注中謂卯酉子午之位是沐浴之位故初關活子時有沐浴用何

二六　米晶子注：體元神也。用乃真意也。
二七　摘自《伍柳仙宗・仙佛合宗・大藥過關服食天機第六》
二八　米晶子抄本

以中至十月亦有沐浴之用并防危慮險之機乞師詳示答曰五行各有長生之位如長生沐浴冠帶臨官帝旺衰病死墓絶胎養也寅申巳亥爲長生之位火長生在寅沐浴在卯死在酉水土長生在申沐浴在酉死在卯金長生在巳沐浴在午死在子木長生在亥沐浴在子死在午故卯酉子午之位是沐浴之位亦是死而不動之位也當知洗心滌慮爲沐浴之首務二炁不動爲沐浴之正功又當知真炁熏蒸亦是沐浴之義也防危慮險防其不洗心滌慮也若不洗心滌慮則難得真炁熏蒸以臻二炁不動之效故沐浴義之用只在綿密寂照之功而已直論注中有欲知沐浴之義之用可以查語錄中者全機者此也所謂一年沐浴防危險者亦此也問曰慧而不用始證胎圓胎圓確證尚冀明詳答曰數月以前二炁俱無食脉兩絶已有明徵矣是以無論在十月關內十月關外但有一毫昏沉之意餘陰尚在有一毫散亂之念神未純陽必須守到昏沉盡絶散亂俱無之詣方爲純陽果滿之胎神而已入于神仙之域矣佛宗云初禪念住二禪息住三禪脉住四禪滅盡

定合此宗也[二九]

炁歸元海——

如何是炁歸元海答曰元精元炁生于元海每將順去而爲後天交感之精真人依法採取歸于元海烹而煉之漸長漸盛成服食金丹故先聖之炁歸元海壽無窮者是也[三〇]

漏盡圖——

蓋道之精微莫如性命性命之修煉莫如歸一古聖高賢將性命歸一之旨巧喻外物不肯明示直論[三一]

二九　摘自《伍柳仙宗·仙佛合宗·守中第七》

三〇　摘自《伍柳仙宗·仙佛合宗·評古類》

三一　摘自《伍柳仙宗·慧命經·漏盡圖第一》



又曰我自有靈物[三二]

是遵楞嚴之漏盡表華嚴之奧旨慧命是不外乎竅矣[三三]

三二　米晶子抄本

三三　摘自《伍柳仙宗·慧命經·漏盡圖第一》

竅即丹田炁穴也[三四]

真種由此而懷漏盡由此而成舍利由此而煉大道由此而成且此竅也乃是虛無之窟無形無影炁發則成竅機息則渺茫乃藏真之所修慧命之壇名之曰海底龍宮曰雪山界地曰西方曰元關曰極樂國曰無極之鄉名雖衆多無非此一竅矣[三五]

任督二脉圖

蓋人能通此二脉則百脉俱通矣所以鹿之睡時鼻入肛門通其督脉鶴龜通其任脉三物俱有千歲之壽何况人乎[三六]

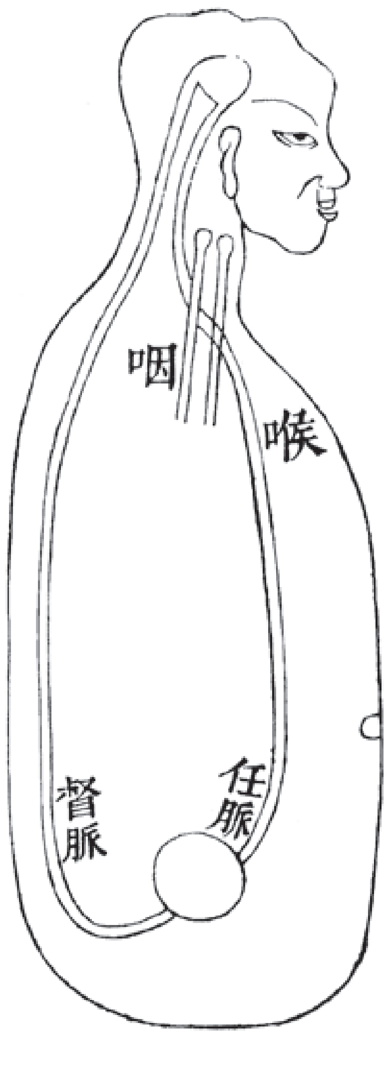
三四　摘自《伍柳仙宗·慧命經·正道工夫直論第十一》

三五　摘自《伍柳仙宗·慧命經·漏盡圖第一》

三六　摘自《伍柳仙宗·慧命經·任督二脉圖第三》

任督二脈圖

任督二脈圖第三



現出元關消息路　常教火養長生窟

休忘白脈法輪行　檢點明珠不死關

命竅之炁

蓋雪乃白也白爲西方之正色是喻人命竅之炁也故如來教人修西方極樂也即此矣而良醫又明指之曰兩腎之前空懸一白圈先天性命水火即在其中無形無相空空蕩蕩慧命即在其中矣[三七] [三八]

善知識即真意元神中真意之靈光真體者也[三九]

獨有婬機一字

察禪師云祖意如空不是空靈機争奪有爲功且此法至簡至易非夙有善根者立面難聞

即元關機動物産之事矣以我之意宰之以呼吸收之和合真種轉運法輪採取熏煉總是意同呼吸用慧命矣

觀乃我正念中之靈光耳未得真傳者謂之本性且菩薩住居浄土二物所隔八寸四分遠非觀莫

三七　米晶子注：慧命即太和元炁也。

三八　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

三九　米晶子抄本

能相會即下文所謂和合凝集决定成就是也而菩薩即是慧命實謂之佛性[四〇]

有此太極知覺言語無此太極眼垂口閉醫謂之真火實無形無影而藏之臍後腎前稍下空懸一穴古謂之浄土家鄉極樂國妙有真空有此真火蒸熏有形無此真火息斷形壞

蓋情者乃修慧命下手一著之天機若無此情萬不能成佛果

不識動静學道無益矣

形動之機將我静中之真意凝入于命宮時來時凝久則天機發動不覺命宮産出菩提故曰下種矣[四一]

真空生妙有妙有化謂真空[四二]

所謂採取也神即爲火息即爲風機發雖是炁而内實有漏盡之資若不在此煆煉則又牽連身心

四〇　米晶子注：再多看。

四一　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

四二　米晶子抄本

矣以丹田爲爐以闔辟爲箱以火而煉以風而吹以暖信爲效驗以暢快爲無事久久煅煉則機自死婬性自斷斷性亦無身心太平三種淫事無所集有于佛菩提何難冀也此乃萬聖千祖不傳之秘法余今盡泄矣爲釋之子不修三種婬事自謂善知識者即楞嚴經五十三種之魔矣又或謂余之錯矣[四三]

炁滿任督自開此之謂也迅時速採歸源轉大法輪不然此物滿而又溢則前功廢却矣蓋此篇全泄天機余三十餘年方得妙道後之修士行工到此切記切記毋忽却其中景象但得二三即是真種所産矣固不必規規如此而又在禀受形體有同异之别也[四四]

丘真人云寸地尺天[四五]皆有所轄無空隙處是也

四三　米晶子注：多看，注意。

四四　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

四五　米晶子摘：寸地尺天

古聖高真借法象爲喻而法象實非真我性命權指身心粗迹之近于己者[四六]
未分阴阳动静也[四七]
是名道炁亦名先天炁
以恍惚將判言先天炁必如此時此景象之炁方是虛之極靜之篤者爲至清可煉金丹之藥物不如是炁非先天[四八]

真炁

夫用此炁者由何以知先天之真也當靜虛至極時
即致虛極守靜篤之説
後天而奉天者也修士于此須不令先天元精變爲後天又必令先天之精仍

四六　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·道原淺説篇》
四七　米晶子抄本
四八　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·道原淺説篇》

返還爲始炁

即虛之極靜之篤也[四九][五〇]

吾身中一點真陽之精炁號曰先天祖炁者是也在內爲生氣之根從生身時雖隱藏于丹田却有向外發生之時

如生視生聽生言生動生婬慾皆此一炁化生[五一]

修仙與煉金丹之理同聖聖真真無不借金丹以喻明夫仙道仙道以神炁二者而歸復于丹田之中以成真金丹以鉛汞二者而烹煉于爐鼎之內以成寶故神炁有鉛汞之喻[五二]

四九　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・先天後天二炁直論第一》

五〇　米晶子注：重看。虛之極，靜之篤。

五一　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・藥物直論第二》

五二　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・鼎器直論第三》

爐鼎

乾爲上田亦天在上坤爲下田亦地在下故中和集所説亦有天地爲爐鼎者[53]

元神

己者即我静中之真性動中之真意爲元神之别名也[54]

己與性意元神名雖四者實只心中之一靈性也

每出萬般變幻而爲日用之神[55]

和合凝集

風者是助火之烈焰火者是化物之能功故如來云微風吹動又云火化以後收取舍利風火漏盡

五三　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·鼎器直論第三》

五四　米晶子注：多看。己者，即我静中之真性，動中之真意，爲元神之别名。

五五　摘自《伍柳仙宗·天仙正理·煉己直論第五》

并用自然和合凝集而成大道矣五六

次第者如下手時有和合真種之功如轉手時有修煉舍利之功如了手時有温養道胎之功如撒手時有出胎面壁之功等法是也

有憑有據乃先天意炁之妙用非世間之有爲也

是中却有一法和合凝集决定成就

殊不知此有爲乃定静之中妙道之有爲也譬如天地是個無爲而天地所以生萬物者是個有爲矣則最上一乘之佛法者亦然而人之心能到無爲之時則内裏有一物超然而出

若不以意取之此物豈不散于外境即非我所有矣

元關内之物也故六祖云吾有一物無頭無尾無名無字無背無面又傳大師云有物先天地無名本寂寥能爲萬物主不逐四時凋乃先天之物也宰育後天散則無形影聚則成舍利五七

五六　米晶子注：風者目光，火者真意，心空漏盡，三者成仙之母，乃先天一點真陽。

五七　摘自《伍柳仙宗・慧命經・集説慧命經》

秘密

秘密者先天後天之說也[58]

又曰秘密即是性命秘者性也密者命矣成佛作祖之道即在動靜順逆之間矣秘者暫借後天以延歲月留得舟在終能度海得之者極樂國在我枕中秘矣秘秘難測也以即陰陽氣血于天地相通之妙方能了當作丹之法無他秘者只是藥物火候鼎器三者而已也真元之義則眉目綱領自清矣[59]

藥産

夫採取明乎二炁夫此採取者即是調外藥之採取外藥也二炁者先後二炁也先天之炁以得後天之氣招攝方能歸爐故守虛真人云先天炁不能自皈爐以後天之炁採之**陰蹻知乎道路**陰蹻者乃攝精之路也正在穀道前膀胱後上通乎丹田是採藥藥之的路故張紫陽八脉經云陰蹻一脉諸聖秘之高人藏之乃仙佛採藥之所又馬天君解大洞經云一陽初動之時運一點真

五八　摘自《伍柳仙宗・天仙正理・先天後天二炁直論第一》

五九　米晶子抄本

汞於臍下以迎之即此泄盡矣學者不可不察焉**若夫皈爐之後不知迴風混合**蓋回風者迴旋其呼吸之氣以逆吹之**煅煉之法者**即上文迴風之法也能自迴風則爐內之神炁亦能自混合爲一者矣故我冲虛祖師云神雖宰炁未知其炁可宰否以迴風混合之又心印經云回風混合百日工靈即此謂也**其元精與陰精**元精者即元炁也動爲元精陰精者飲食之精也此精最作怪必假神炁二火合爲一火在爐内鼓動巽風煉化此精故數雲先生云用丹田自然之呼吸煉之苟不得此訣則精不化**依舊藏而不化陽之暫伏頓又生名雖調藥實不知爐中調法**法即前文爐内鼓巽風也六〇

意炁

觀照此菩薩菩薩所得受此靈光之慧力久則自然如夢覺融融然似薰蒸活活然如盆珠豁然靈惺放大光明力足時至忽然一湧潮上與我識性合而爲一到此識性死而佛性靈顯靈靈當

六〇 摘自《伍柳仙宗·金仙證論·危險説第十九》

當依舊是箇主人光周沙界六通俱全任他塵塵垢垢我獨安然一性圓融太空所謂一切含靈俱有佛性雖然如是順去生人生物逆來成佛成祖凡聖之變化總是這箇[61]

乾坤

闔闢此乃轉法輪之秘機也千聖不肯明言萬祖不肯指破妙中更妙微中又微非凡夫俗子可聞非夙有善根者不能見之又曰弟子懇求和尚垂恩答曰闔吸雖是下坤而坤腹之元炁過我升之升之者升于乾闢呼雖是上乾而乾首之元炁過我降之降之者降于坤總是先後二箇升降面背中三條道路共乾坤之轂軸通元關之消息而主宰在乎意運行總在乎神一吸一升一呼一降不可差之毫髮循規行途數之限步不可不及而太過乾九坤六四揲成章合乎造化同乎輪轉不偏不倚正正相當

六一　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集說慧命經第九》

任爾三教是是非非成乎其道者不離此方[六二][六三]

法輪

大道夫三百六十數者實非三百六十數乃譬喻耳且輪之爪二十四根而以前後轉一回即成四十八謂之一回法輪而輪之外幡盤即成三百六十數實無差也故曰三百六十數矣[六四]

元神

元神者元神在瞳仁之内元神真性静謂性動謂元神目爲外形眼爲内形瞳仁爲真形形神俱妙與道合真道大包天地小則黍米可藏一倮靈珠包萬象眼藏五藏之炁内有十四精華光流流赤

六二　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

六三　米晶子注：看此段以説明千萬不數呼吸，此是真息運行，是自然而然。

六四　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集説慧命經第九》

灑灑一棵靈明寶珠人不識光爲萬物之主人翁光在天地陰之氣歸於天光在地天陽之氣歸於地**善似光中影應如谷裏聲**六五人在光天化日之下死心不動安有不成仙之理矣元神藏性内性藏識神内敲竹唤龜是活子時呼琴招鳳是活午時無作無爲者身心也有作有爲者神炁也身心無爲神炁自然有所作爲道心即是真意真陽神即妙有矣六六 六七

丹田

丹田有三炁在中丹神在上丹精在下丹自下田遷至中田中田遷至上田上田遷出天門是爲三遷功成六八

六五 《道藏輯要・斗集二・太上玄靈北斗本命延生真經》

六六 米晶子抄本

六七 米晶子注：多看，大道自明。

六八 《伍柳仙宗・天仙正理・道源淺説篇》

火候

此直言説出火候只是呼吸二字**豈不見陳虛白曰火候口訣之要當于真息中求之靈源大道歌云千經萬論講玄微命蒂由來在真息**此又直説出火候只是真息真息者乃真人之呼吸而非口鼻之呼吸**陳致虛曰火候最秘其妙非可一概而論中有逐節事條**即我張李曹三真人相傳以來所云採藥之候封固之候起小周天之候進退顛倒之候沐浴之候火足止火之候採大藥之候得大藥服食之候大周天之候神全之候出神之候等皆是[69]

元機

元機者是性命之源中黃神室中黃臍内又名黃庭彼以靈丹爲天地之所秘[70]易之源頭乃道之祖也道用先天借後天之爪板一點金光真火收藏于内日久月深則凡軀亦化

六九《伍柳仙宗·天仙正理·火候經第四》

七〇 米晶子抄本

而爲炁神既妙形亦妙矣[七一]于道合真矣[七二]

真陽神

真陽神即真空性體也不能見性則不得真空不成陽神不到見性真空實地必不能出陽神也[七三]

元中有元

老君曰元中有元是我命命中有命是我形形中有形是我精精中有精是我氣氣中有氣是我神神中有神是我自然之道也

老君曰長生之體久視之門洗心易行乃成正真然除想化物要淨六根邪魔

七一 《伍柳仙宗・慧命經・集說慧命經第九》

七二 米晶子抄本

七三 《伍柳仙宗・仙佛合宗・門人問答》

遠離衆病無因通幽顯聖無不成真須明恍惚輔弼帝君太上曰自己三清何勞上望自己老君何勞外覓知之修煉謂之聖人矣七四

護念久住

世尊曰護念法令久住

此即言歸於泥丸乳養之功也上文言乳汁即護念之法矣久住者真念當定住於泥丸故曰大定者也

華嚴經曰雖證寂滅勤修習能超如空不動地佛勸令從寂滅起廣修種種諸智業

上文言久住得生滅滅已而寂滅之雖然寂滅必加修而久遠寂滅如虛空等全然不動之地佛囑人曰必要從此初得寂滅勤加修習智慧進進不已空而又空虛而又虛故曰虛空界盡我此修行

七四　摘自《道藏輯要・尾集一・太上老君内丹經》

終無有盡

華嚴經又曰恒住涅槃如虛空[七五]

性如虛空不著虛空相故曰虛空若著虛空相即有個虛空在而爲虛空所礙則不爲虛空矣而虛空者乃自然而然非有然而然者故曰如虛空者是也

又曰心常正定滅除覺觀而以一切智覺觀從此不動入無色定

此即復言還虛空之性也能到虛空境界真心常定一切智觀滅除渾然無極或一定三載或一定九年一點金光真火收藏於內日久月深則凡軀亦化而炁神既妙而形亦妙矣[七六]

心性命

六祖所謂心是地性是王王居心地上王在身心在王去身心壞非肉團之心

七五　米晶子注：涅槃真性也。

七六　摘自《伍柳仙宗·慧命經·集說慧命經》

乃道心也七七 七八。

誰知火宅內，元是法中王。又曰萬法眼藏，眼藏萬法，萬法歸宗之地也。

三丰祖師曰：然欲成道者，必先修性立命，修性者，必須直達先天靈光之原，立命者，必須直造先天祖炁之府，性命合一也。

又曰：按性在天邊，命在海底，天邊是指兩眉之中心是也，海底是指下丹田也，七九

元神　心神

元神藏心。心神藏目。圭旨云。天之神聚於日。人之神聚於目。心爲諸神之主帥。眼即衆神之先鋒。又曰。人在受胎之初。先結無極。人生之初。秉父母之元氣。而結一顆明珠。名曰無極。得父母之精血，

七七　摘自《伍柳仙宗・慧命經・集説慧命經第九》

七八　米晶子按：乃天心之心也

七九　米晶子抄本

名曰太極。[八〇]

生身之道

人能體生身之道順而用之則鼻祖耳孫嗣續而成[八一]

鼻爲中岳土也，耳爲腎水也。土生金，金生水，莫不是鼻祖耳孫也。[八二]

又曰一點沖和二五精性即理命即情氤氳妙用一時成[八三]**煉己只是養元神，黃庭土釜先天炁。**[八四]**二七誰家女眉端彩色光人皆貪愛欲我看是親娘。**[八五]

八〇　摘自《清净經圖注》（水精子注解）

八一　摘自《道藏輯要・畢集八・三丰全集・大道論》，原文兩個版本，道藏輯要版本爲：『人由天地而育亦由父母而生順而用之則鼻祖兒孫……』

八二　米晶子抄本

八三　摘自《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄要篇・一掃光道情十二首》

八四　摘自《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄要篇・金丹歌》

八五　摘自《道藏輯要・畢集八・三丰全集・玄要篇・金丹詩三十六首・咏先天鼎》

真心浩浩無窮極無限神仙從裏出世人躭着小形骸一顆玄珠人不識[八六]。戊土陽，己土陰，乾坤離坎仔細分，煉丹若不憑戊己，萬劫千生難成真。人在母腹戊己不分，從落胎以後，戊帶性歸于心，己帶命歸于腎。乾坤脱位坎離用事，己在離中，戊在坎，陰陽變化顛倒顛。若人識破戊己理，凡夫誰道不成仙。又曰：上士聞道恭而敬之，下士聞道大笑之，《黄庭經》之此章矣。寸田者，黄庭是也，尺宅玄牝二物也。[八七]

青龍之田白虎之宅乾爲寸而坤爲尺也惟此可以理其長生餘皆不入大道之深微矣惟此田宅得入吾家耕之補之不耕而鹵莽蹷裂不令風吹雨透則擊子長留而心安寧焉長留者形妙也心安寧者神妙也形神俱妙全在寸田[八八]**尺宅之中得之歟**[八九]

八六　摘自《道藏輯要·畢集八·三丰全集·玄要篇·七絕五首》

八七　米晶子抄本

八八　米晶子注：能捨千金，不捨寸土。

八九　摘自《重刻黄庭陰符經注》（石和陽注）

心悟偈七首 一

米晶子著

壹

混沌之先一點無　有了一點生萬物
日藏月內丹作母　目隱身中體爲始

貳　九死一生王母度

大道如同一窩蜂　抓住王子莫放鬆
蜂王入到蜂箱內　周天蜜蜂自歸宗

叁

此體非凡體　先天炁化成

若人能識破　指日登太空

肆　蝴蝶鬧雪

白雪飄飄普天降　黃蝶對對向空飛

風搖松枝招手喚　山谷水棒迎聲歸

伍

龍戲九江水　虎蹬萬重山

陰陽交換處　火内開白蓮

陸

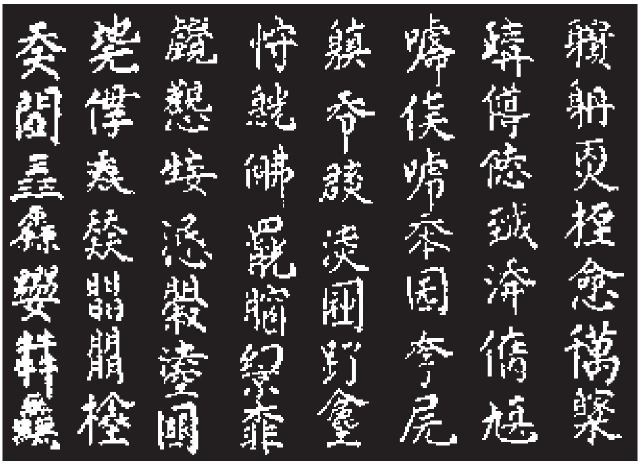
朝朝目視白雲飛　欲到天涯誰作梯
若人識破風雲理　五靈光中好鎖龜

柒

心似蓮花身似藕　藕出污泥而不朽
蓮花雖打泥水過　皎潔純粹不沾漚

亳州老君碑

原文



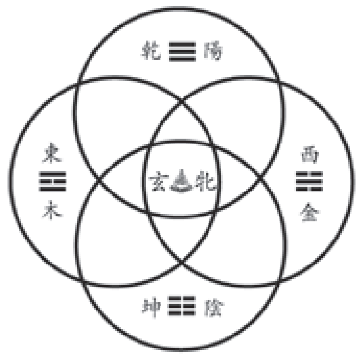
解字[一]

玉爐燒煉延年藥，
正道行修益壽丹。
呼去吸来息由吾，
性空心灭本无着。
寂照可歡忘幻我，
爲见生前體自然。
鉛汞交接神丹就，
乾坤明原系群仙。

一　參考米晶子抄本，《老君古字碑碑文之謎》，《亳州老君碑古字譜考釋》。

附錄

太虛循環圖



四正圖



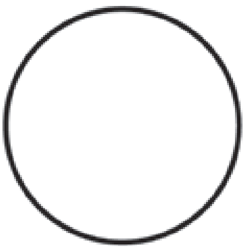
五元會合圖



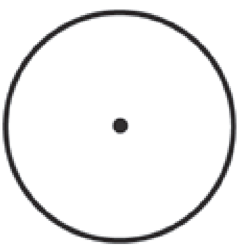
十天圖



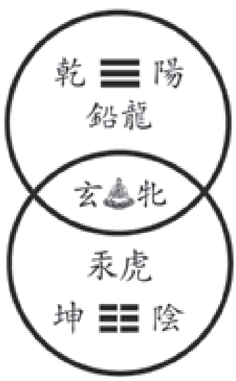
無極星光圖



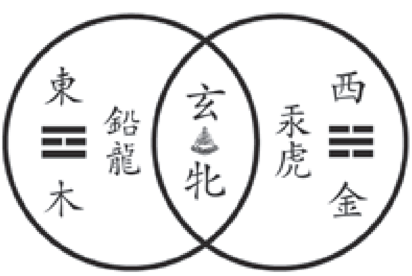
無極圖



無極一點圖



先天祖炁圖



守中圖

字表（來源：新華字典）——

鑛 同矿
綦 同基
闢 同辟
歛 同斂
懽 同欢
洩 同泄
犇 同奔
飏 同扬
輓 同挽
嵒、巖 同岩
閒 同闲
珪 同圭
輭 同软
闇 同暗
鼇 同鳌
竗 同妙
蹔 同暂
疎 同疏
䫉 同貌
歙 同翕
婬 同淫
慾 同欲
採 同采
拏 同拿

纔 同才

覼 意同啰

葢 同蓋

脩 同修

籥 同龠

脗 同吻

筭 同算

厯 同歷、历

賾 同賾

牕 同窗

躭 同耽

弢 同韬

倐 同倏

騐 同验

恠 同怪

愽 同博

麤 同粗

皦 同皎

仝 同同

旹 同时

豎 同竖

挈 同锲

慴 同慑

獃 同呆

佈 同布

覩 同睹

韻　同韵　叅　同参

併、并、幷　同并　嚥　同咽

飡　同餐　汎　同泛

鑪　同炉　遊　同游

嶽　同岳　鉤　同钩

祕　同秘　蜋　同螂

愍　同悯　競　同竞

崑崙　同昆仑　竈、竃　同灶

彙　同汇　迴　同回

盪　同荡　啟　同啓

翫　同玩　決　同决

沖　同冲　徧　同遍

禦　同御　峯　同峰

鈆 同鉛
餤、另有讹字焰 同焰
燻、醺 同熏
啣 同銜
蘂 同蕊
羣 同群
淨 同净
嚮 同向
謚 同谥
迺 同乃
顖 同囟
呌 同叫
逩 同奔

觔 同筋
刦 同劫
悮 同误
⿱浦女 同婆
絪縕 同氤氳
抝 同拗
陞 同升
昇 同升
鬭 同斗
菴 同庵
毘 同毗
葢、蓋 同盖
欝 同郁

沈　同沉
濶　同闊
寍　同宁
氷　同冰
槩　同概
畧　同略
鑑、鑒、鍳　同鉴
拄　通柱
幙　同幕
喫　通吃
揑　同捏
鹵莽　通魯莽
薫　同熏

託　同托
姙　同妊
攢　同攒
鐫　同镌
衹　同只
彷彿　同仿佛
濕、溼　同湿

校編説明——

文中各章節標點符號，以及遣詞用語，以各自校對的底本爲準。文中標有『米晶子抄本』的段落，爲張至順道長抄本上著有，而在校編組參考的《道藏輯要》、《中華道藏》、《正統道藏》、《藏外道書》等經本中未檢索到的段落。原本可能較目前道藏收錄的版本更爲完整，因年代久遠，本次校對未能找到原本，故標註爲『米晶子抄本』以示讀者。

《炁體源流》校編組

校編相關書目——

《道藏輯要》，重刊版。

《中華道藏》，華夏出版社出版。

《藏外道書》，巴蜀書社出版。

《道藏》，文物出版社、上海書店、天津古籍出版社出版。

《伍柳仙宗》，河南人民出版社 1987 年版《道藏》影印本。

《南宗聖典》，玉蟾宫管理委員會出版。

《太上清静經》單本，癸丑菊月，蓬瀛仙館重刊版。

《太上老君説常清静經》單本，民國六年歲次丁巳三月愛蓮堂重刊版。

《長春祖師語録》單本，明善書局發行，壬申仲春月版。

《吕洞賓全集》單本，華夏出版社 2009 年版。